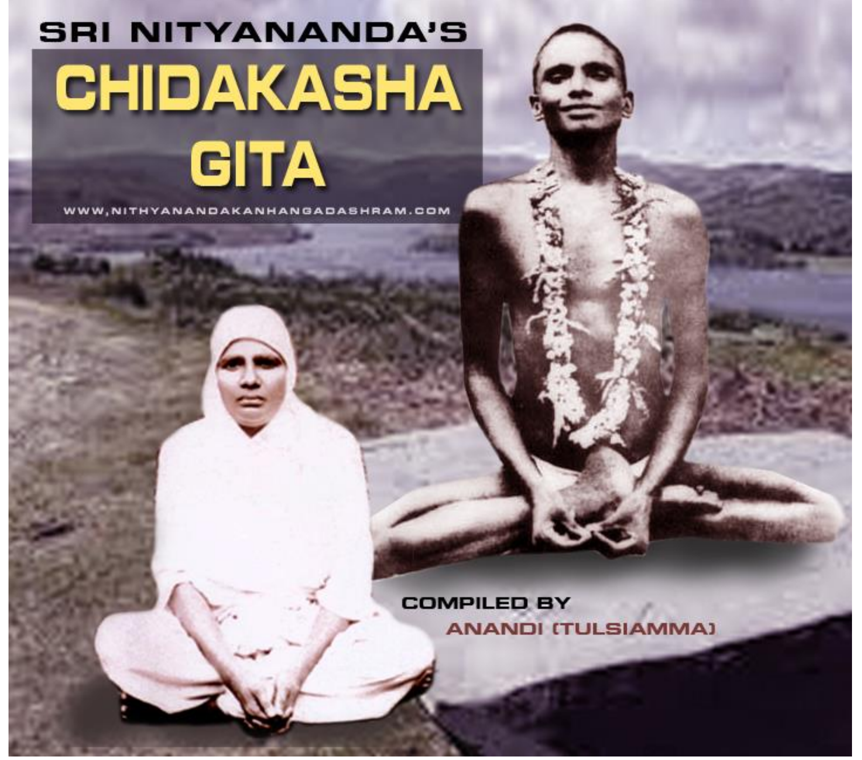


భగవాన్ నిత్యానంద చిదాకాశగీత

1920 - 1927 మధ్య కర్ణాటకలోని మంగళూరులోని మన్నగుడ్డలో ఉన్నప్పుడు భగవాన్ నిత్యానంద ఉన్నత స్పృహ స్థితిలో పలికిన మాటల సంకలనం చిదాకాశ గీత. ఆ సమయంలో, తులసి అమ్మ అనే ప్రియ మహిళా భక్తురాలు ఈ పదాలను కన్నడ భాషలో గుర్తుంచుకుంది. భగవాన్ వీటిని పారవశ్యంలో పలికేవారు కాబట్టి, చాలా వరకు ముక్కలు ముక్కలుగా ఉన్నాయి, కానీ అవి తులసి అమ్మ సేకరించిన ముత్యాలుగా మారాయి, ఆమె లేకుండా మనం నిత్యానంద గురించి పెద్దగా తెలుసుకోలేము.

భగవాన్ యొక్క విలువైన పదాలు ~ చిదాకాశ గీత భగవాన్ అరుదుగా స్వరంతో మాట్లాడాడు. ఆయన ఎవరికీ ఉపన్యాసాలు లేదా ఉపదేశాలు ఇవ్వలేదు. ఆయన మాటలు చాలా తక్కువ కానీ సముచితంగా మరియు విషయానికి అనుగుణంగా ఉన్నాయి. ఆయన మాట్లాడిన ప్రతిదానికీ లోతైన అర్థం ఉంది మరియు శ్రోతను తన అత్యున్నత లక్ష్యమైన విముక్తికి పెంచే వాటిని మాత్రమే ఆయన మాట్లాడారు. ఆయన మాటలు ఎప్పుడూ లౌకికమైనవి కావు కానీ విశ్వ మేధస్సు యొక్క అత్యున్నత మూలం నుండి వచ్చాయి. ఆయన మాటలు ఎప్పుడూ దేనికీ కట్టుబడి ఉండవు కానీ విముక్తిని మాత్రమే అందిస్తాయి. ఆయన ప్రధాన పని మానవులను భ్రమల బారి నుండి విడిపించడమే మరియు అందువల్ల ఈ పదాలు మరియు చర్యలన్నీ దాని వైపు మాత్రమే

సూచించబడ్డాయి. ఆయనకు ఎవరిపైనా తీర్పు లేదు మరియు ప్రతి మానవుడిని మరియు ప్రతి ఇతర జీవిని కూడా జీవితంలోని ఉన్నత లక్ష్యాల వైపు అవకాశంగా భావించారు. ఆయన అత్యంత సాధారణ సంజ్ఞ "హ్మ్మ్మ ......" అని గుసగుసలాడింది. ఆయన తన శరీరంతో పూర్తిగా అపరిమితంగా ఉండి, ఎల్లప్పుడూ తన శరీరాన్ని "ఇది" లేదా "ఇది" అని పిలుస్తారు. నిత్యానంద (శాశ్వత ఆనందం) స్థితిలో మునిగిపోయి, కొన్నిసార్లు తన శరీర స్పృహలోకి కొద్దిగా దిగి, అక్కడక్కడ ఒక మాట మాట్లాడాడు. ఆయన నోటి నుండి పడిన మాటలు పరబ్రహ్మ లేదా దైవ చైతన్యం యొక్క దివ్య అమృతం. అదృష్టవశాత్తూ, ఈ విలువైన పదాలలో కొన్ని ఆనంది అనే భక్తురాలి ప్రయత్నాల వల్ల గుర్తించగలిగారు, ఆమె తరువాత తులసియమ్మగా పిలువబడింది. ఆమె వల్లనే నేడు ప్రపంచం నిత్యానంద ఎవరో తెలుసుకుంది. తులసియమ్మ నివసించిన కర్ణాటకలోని మంగళూరులోని మన్నగుడ్డలో భగవాన్ నివసించినప్పుడు ఆయన చెప్పిన కొన్ని వాక్యాలు మరియు వాక్యాలను ఆమె వ్రాసుకుంది. ఆమె అన్నింటినీ కన్నడ భాషలో రాసుకుంది, తరువాత అవి అనేక భాషలలోకి అనువదించబడ్డాయి మరియు "చిదాకాశ గీత"గా ప్రసిద్ధి చెందాయి. ఈ గమనికలు 1920 - 1927 మధ్య తీసుకోబడ్డాయి మరియు భగవాన్ నిత్యానంద ఆమోదంతో 1927లో మొదట కన్నడ భాషలో ప్రచురించబడ్డాయి. చిదాకాశ గీత యొక్క పూర్తి పాఠాన్ని ఆంగ్లంలోకి అనువదించాలని మేము కోరుకుంటున్నాము, కానీ గ్రంథాన్ని చదవడం కంటే ధ్యానం చేయడం చాలా మంచిది.

చిదాకాశ గీత పూర్తి పాఠాన్ని ఆంగ్లంలోకి అనువదించాలని మేము కోరుకుంటున్నాము, కానీ గ్రంథాన్ని చదవడం కంటే ధ్యానం చేయడం చాలా మంచిది.

1. జ్ఞానులు బుద్ధిహీనులు. జ్ఞానులకు అందరూ ఒకటే. వారికి నిద్ర లేదు, కలలు లేవు, నిద్ర లేదు. వారు ఎల్లప్పుడూ నిద్రలోనే ఉంటారు. వారికి సూర్యుడు మరియు చంద్రుడు ఒకటే. వారికి, ఇది ఎల్లప్పుడూ సూర్యోదయం. చిమ్నీ దీపం యొక్క గాజు, కార్బన్‌తో కప్పబడి ఉన్నప్పుడు, పారదర్శకంగా ఉండదు. అదేవిధంగా, మనస్సు యొక్క కార్బన్‌ను తొలగించాలి.

....

2. శరీరంలో మూడు నాడులు (సూక్ష్మ నాడులు) ఉన్నాయి: సూర్యుడు లేదా సుషుమ్న; చంద్రుడు లేదా ఇడ; నక్షత్రం లేదా పింగళ. మొదటిది ఎరుపు రంగులో, రెండవది నీలం మరియు మూడవది ఆకుపచ్చ.

....

3. ఈ మూడు నాడులు కలిసే చోటే హృదయ స్థలం. మనం యోగాభ్యాసం చేస్తున్నప్పుడు, బిందు-ధ్వని (హార్మోనియం, లేదా డ్రమ్ లేదా ఫిడేల్ లాగా, పది శబ్దాలు) తలలో వినబడుతుంది. ఈ శబ్దం ఒకటి, అవిభాజ్యం.

……….
4. అగ్ని జ్వాలలు కర్పూరాన్ని దహించినట్లే, మనస్సును కూడా ఆత్మ అగ్ని దహించాలి.

……….
5. కొబ్బరి చిప్ప నుండి వేరు చేయబడి, కదిలించినప్పుడు మసక శబ్దం చేస్తుంది; అలాగే శరీరం మరియు ఆత్మ కూడా వేరుగా భావించాలి. మొదటిది కాంతి; ఆ కాంతి ద్వారా, అన్ని దుర్గుణాలు నశించిపోతాయి.

……….
6. మనం బావి నుండి నీరు తీసుకున్నట్లే, మనం గాలి పీల్చుకోవాలి; మనం గాలి వదిలినప్పుడు, అది బకెట్‌ను బావిలోకి దించినట్లు ఉండాలి. మనం గాలి వదిలినప్పుడు, అది కార్బన్ (శరీరంలోని మలినాలు); మనం గాలి పీల్చినప్పుడు, అది ఓంకార్ శ్వాస. ఓంకార్ శ్వాస అంటే మానస్ (మనస్సు).

……….
7. మానస్ జీవుడు; కానీ వారి స్థానాలు భిన్నంగా ఉంటాయి. జీవాత్మన్ పరమాత్మ.

……….
8. పురుషుడు లేదా స్త్రీ విద్యనభ్యసించాలి. విద్య అంటే ఏమిటి? జీవుడు పరమాత్మ అనే రహస్యాన్ని తెలుసుకోవాలి.

……….
9. జీవాత్మలో పరమాత్మ ఉన్నాడు. స్థూలంలో సూక్ష్మాన్ని తెలుసుకోవడమే నిజమైన ముక్తి.

……….
10. స్థూల నిద్రను వదిలి సూక్ష్మ నిద్రను తీసుకోవాలి. ప్రాణాయామం సాధన ద్వారా లభించే నిద్రను మనం ఆస్వాదించాలి.

……….
11. పైకి వెళ్ళే శ్వాస గడియారం లోపల చక్రాల లాంటిది. దాని కదలిక లోపల ఉంటుంది; శ్వాస కదలిక అంతర్గతంగా ఉన్నప్పుడు, ఒక వ్యక్తి తనలో ప్రపంచాన్ని చూస్తాడు.

……….
12. మనం ఒక మట్టి కుండలోని నీటిలో ఆకాశం ప్రతిబింబించడాన్ని చూసినట్లే, అంతర్గత దృష్టికి కూడా, చైతన్య ఆకాశం కనిపిస్తుంది.

……….
13. బంగారు పాత్రలో ఆహారం వండినట్లయితే, కుక్క దానిని తింటుంది. మట్టి పాత్రలో ఆహారం వండినట్లయితే, కుక్క కూడా దానిని తింటుంది.

……….
14. సూర్యకాంతి సముద్రపు ఉప్పు నీటిలో ప్రతిబింబిస్తుంది. అది కొండ పైభాగంలో ఉన్న చెరువులోని స్వచ్ఛమైన నీటిలో కూడా ప్రతిబింబిస్తుంది. మనం కంటితో చూస్తే సరిపోదు, కానీ మనం దానిని అనుభవించాలి.

……….

15. ఒక చెట్టు మీద లెక్కలేనన్ని పువ్వులు పెరుగుతాయి; పువ్వులన్నీ నశించిపోతాయి; కానీ చెట్టు ఎక్కువ కాలం నశించదు. కనిపించేది పువ్వుల లాంటిది, కనిపించనిది చెట్టు లాంటిది.

....

16. అగ్గిపెట్టెలో అగ్గిపుల్లలు ఉంటాయి. అగ్గిపుల్లను పెట్టె వైపు రుద్దినప్పుడు మాత్రమే అగ్ని పుడుతుంది. అలాగే, మానస్ అగ్గిపుల్ల; బుద్ధి (బుద్ధి) పెట్టె వైపు ఉంటుంది. మనం మానస్‌ను బుధికి వ్యతిరేకంగా రుద్దాలి, అప్పుడు మనకు ఆత్మ రాజ్యం లభిస్తుంది, ఇది జనన మరణ చక్రం నుండి విముక్తికి సమానం.

....

17. ఒక వ్యక్తి గౌరవం మరియు అగౌరవం పట్ల పూర్తిగా ఉదాసీనంగా ఉండాలి. అతనికి తన శరీరంపై కనీస ప్రేమ కూడా ఉండకూడదు; అలాంటి వ్యక్తి ప్రతిదానిలోనూ మరియు ప్రతిచోటా పరమాత్మను చూస్తాడు.

....

18. సుప్రీం లైట్ మరియు యూనివర్సల్ లైట్ ఒకేలా ఉంటాయి.

....

19. ఒక పలక నుండి, బల్లలు, కుర్చీలు మొదలైనవి తయారు చేయబడతాయి. అలాగే, బ్రహ్మ అనేది అసంఖ్యాక ప్రపంచాలు ఏర్పడిన ఆదిమ పదార్థం (తత్త్వం).

....

20. మానస, ఆత్మ అందరికీ ఒకటే. విశ్వం యొక్క చివరి దశలో, అన్నీ ఒకటే. ప్రస్తుత దశలో, వారి శ్వాస విధానం, ఆలోచనా విధానం మరియు వారి మానసిక ధోరణులలో తేడా ఉంది.

....

21. అగ్ని, గాలి, నీరు మరియు భూమి అందరికీ సాధారణం. వీటిని అందరూ ఒకేలా ఉపయోగించవచ్చు. అదేవిధంగా, బావి నీటిని బ్రాహ్మణుడు, ఒక పారాయణుడు మరియు పిల్లలు కూడా ఒకేలా ఉపయోగించవచ్చు.

....

22. మానసం అంటే జింగిలి (మనసు యొక్క చంచలత్వం); బుద్ధి అంటే నూనె మర; అమృతం (అమృతం) అంటే నూనె.

....

23. బుధి రాజు; మానసుడు మంత్రి; మానసుడు బుధికి అధీనుడై ఉండాలి.

....

24. ఒక రోడ్డు ఐదు లేదా ఆరు వేల మందితో రద్దీగా ఉన్నప్పుడు, రోడ్డు వెంట గుర్రపు బండిని నడపడం దాదాపు అసాధ్యం; డ్రైవర్ బండిని నడపడంలో జాగ్రత్తగా ఉండాలి. సైక్లిస్ట్ దృష్టి తన వైపు కాదు, దారిన వెళ్ళే వ్యక్తి వైపు ఉంటుంది.

....

25. ఒక మనిషి పూర్తిగా చల్లటి నీటిలో మునిగిపోయినప్పుడు, అతను ఇక చల్లటి నీటి చలిని అనుభవించడు. పరిపూర్ణ పురుషుడు కోపానికి లోనవడు.

……….
26. ఒక విత్తనాన్ని వేయించినప్పుడు, అది మొలకెత్తదు. దీపంలో నూనె లేనప్పుడు, మనం దానిని "దీపం" అని పిలవము.

……….
సూర్యుడు ప్రకాశిస్తున్నప్పుడు, గ్యాస్ లైట్ మసకబారుతుంది. ప్రపంచమంతటికీ వెలుగునిచ్చేది సూర్యుడు. మానసను రాజుగా భావిస్తే, బుధిని ప్రధానమంత్రిగా పరిగణించవచ్చు. చెట్టు ఫలాలను ఇవ్వనప్పుడు, దానికి అందం ఉండదు. కారణం లేకుండా ప్రభావం ఉండదు. చీకటిలో వెలుగు ఉంటుంది. చీకటి అంటే అజ్ఞానం; వెలుగు అంటే జ్ఞానం (జ్ఞానం). ఒకరు తనను తాను చూసుకోవాలి. ఒకరు ఎక్కడ నుండి ప్రారంభించారో అక్కడికే తిరిగి రావాలి. మనం అరువు తెచ్చుకున్న వస్తువును తిరిగి ఇవ్వాలి.

……….
27. ఒక గురువు (ఆధ్యాత్మిక గురువు) ఏ రకమైన మనిషినైనా ముళ్ల మార్గం నుండి రాజమార్గానికి నడిపిస్తాడు. అలాంటి గురువులు రెండు రకాలు. ఒకరు ప్రాథమిక గురువు మరియు మరొకరు ద్వితీయ గురువు. మనస్సు ప్రాథమిక గురువు మరియు మరొకరు ద్వితీయ గురువు. ఒకరు మరొకరికి గురువు కాదు. ఆయన ద్వితీయ గురువు మాత్రమే. ద్వితీయ గురువు అంటే బావిలోని నీటిని చూపించేవాడు. అన్ని జీవుల హృదయంలో నుండి నిష్క్రమించే గురువు జగద్-గురువు (సార్వత్రిక గురువు).

……….
28. సాధారణంగా ప్రజలు గురువు శరీరాన్ని గురువు అని భావిస్తారు. చెప్పులు ధరించి, జపమాల మీద పూసలు లెక్కించడం ద్వారా మనిషి గురువు కాలేడు. "బ్రహ్మ జ్ఞానం" అని చెప్పి తన శిష్యులకు రాళ్ళు ఇచ్చేవాడు గురువు కాదు. గురువు మాటల్లో ఏమి మాట్లాడినా, దానిని ఆచరణలో చూపించాలి. మొదట సాధన చేయాలి మరియు సాక్షాత్కారం తర్వాత, ఇతరులకు బోధించడం ప్రారంభించాలి.

……….
29. "నేను శరీరం" అనే ఆలోచనను పూర్తిగా తుడిచిపెట్టిన వ్యక్తి గురువు అని పిలవబడటానికి అర్హుడు. అలాంటి వ్యక్తి కంటే ఉన్నతుడు లేడు. అలాంటి గురువు కంటే దేవుడు లేడు. అలాంటి గురువు దేవుడు, మరియు దేవుడు అలాంటి గురువు.

……….
30. చక్కెరను మన నుండి వేరుగా ఉంచితే, దాని తీపిని మనం అనుభవించలేము. మనం దానిని తింటే, దాని రుచి మనకు మాత్రమే తెలుస్తుంది. వెయ్యి సంవత్సరాలు "రాముడు, కృష్ణుడు లేదా గోవిందుడు" అని జపిస్తే మనిషి ముక్తిని పొందలేడు. అతను దానిని హృదయపూర్వకంగా పునరావృతం చేయాలి (రహస్యం తెలుసుకుని).

……….

31. ఆవు పాలు ఎప్పుడూ చేదుగా ఉండవు; భూమిలో స్థిరపడిన రాయి మాట్లాడదు; బెనారస్ (ప్రస్తుత వారణాసి) మరియు రామేశ్వరం వంటి తీర్థయాత్ర స్థలాలను సందర్శించడం ద్వారా మనిషి ముక్తిని పొందలేడు. అంతర్ముఖం ద్వారా మనస్సును ఒక క్షణం స్థిరంగా ఉంచుకోవడం చాలా అవసరం.
మట్టి, రాతి విగ్రహాలను చూడటం అంటే దేవుడిని చూడటం కాదు. మీరు చిత్రాలను దేవుడిగా భావించినప్పుడు అది మనస్సు యొక్క భ్రాంతి. నిజమైన జ్ఞానం లేకుండా, ముక్తిని పొందలేము. మనం మానవ జన్మ తీసుకోవడం దాని ఫలితం. దానిని తిరిగి ఇవ్వడం కారణం. మనం కారణం మరియు ప్రభావాన్ని తెలుసుకోవాలి. అదేవిధంగా, మనం మంచి చెడులను; సరైనవి మరియు తప్పులను తెలుసుకోవాలి. అన్నీ తెలుసుకుంటే శాంతిని పొందాలి.

....

32. ఒక భవనానికి తలుపులు లేకపోతే, దానిని మనం "ఇల్లు" అని పిలవలేము. నిప్పు లేకుండా మనం నీటిని వేడి చేయలేము. గాలి లేకుండా నిప్పు మండదు. ఆహారం మరియు నిద్ర లేకుండా, మనిషి కొన్ని రోజులు జీవించగలడు కానీ గాలి (శ్వాస) లేకుండా, మనిషి కొన్ని సెకన్లు కూడా జీవించలేడు.

....

33. ప్రపంచాన్ని నాశనం చేయడం అంటే దానిని వాయు (నీలం రంగుతో కూడిన గాలి) గా మార్చడం; రాజయోగం అనేది అవిభాజ్య ఏకత్వానికి నిలయం. మీరు ఏకత్వంలోకి ప్రవేశిస్తే, మీరు అనేకం దృష్టిని కోల్పోతారు.

....

34. అనంతంలో, పరిమితమైనది లేదు; ఒక జ్ఞానికి, అజ్ఞాని లేదు; ఒక జ్ఞానికి, జ్ఞాని లేడు. పిల్లలందరూ ఒక తల్లిని కొడితే, ఆమె వారిని విసిరివేయదు.

....

35. మీరు గురువు పాదాలను వదిలి వెళ్ళకూడదు. మీ మనస్సు కంపించే నీటిలో సూర్యుని ప్రతిబింబంలా కదలకూడదు.

....

36. సముద్రపు నీరు అపరిమితమైనది; చెరువు నీటికి ఒక సరిహద్దు ఉంటుంది. మన మనస్సు చెరువు నీటిలాగే ఉండాలి. మంచి చెడులకు మనసే కారణం. ఒక మనిషి తన మంచి చెడు ఆలోచనలను బట్టి మంచిగా, చెడుగా ఉండవచ్చు. దేవుడు ఏ మనిషికీ మంచి చెడు చేయడు. కారణం, తెలివితేటలు మరియు జ్ఞానం అనేవి మనిషిలోని దైవిక సామర్థ్యాలు. మంచి ఆలోచనల ద్వారా రక్షించబడిన మనిషిని ఫిరంగి గుండుతో కూడా హాని చేయలేము. యోగా లేకుండా, కర్మ నుండి విముక్తి అసాధ్యం.

....

37. రహస్యం (సత్యం) తెలియకుండా, మనం బాహ్య చర్మాన్ని అలంకరిస్తే, మన కర్మ మనల్ని విడిచిపెట్టదు; అంతర్గతంగా కపటంగా ఉంటే బాహ్య సంకేతాల ద్వారా సన్యాసి కాలేడు. మీరు ఏమి అనుకుంటున్నారో, మీరు మాట్లాడాలి; మీరు ఏమి మాట్లాడతారో, మీ చర్యల ద్వారా చూపించాలి. మీరు చెప్పేది చేయండి; మీరు చేసేది చెప్పండి. అలాంటి వ్యక్తి జ్ఞాని; ఆయన పరమహంస; ఆయన యోగి; ఆయన సన్యాసి. కోరికను జయించినవాడు నిజమైన సన్యాసి. కోరిక లేని వ్యక్తి మాత్రమే ఆధ్యాత్మిక గురువుగా ఉండటానికి అర్హుడు.

....

38. ఇతరులకు వడ్డించినది మనం తినకూడదు. మనకోసం ఒక ప్రత్యేక ఆకు ఉంచుకుని మన ఆహారాన్ని తినాలి.

....

39. "ఈ ఒక్కడి దగ్గర" ఎక్కువ, ఇంకొకడి దగ్గర తక్కువ అనేవి ఏవీ లేవు. ఆలోచనా శక్తి, చెవులు, ముక్కు, చేయి, కన్ను మొదలైనవి అందరికీ ఒకేలా ఉంటాయి.

....

40. ముక్కు కన్ను ఉన్న ప్రదేశం కాదు. నడవడం కాళ్ళతో మాత్రమే చేయాలి. చేతులు చేసే పని తలతో చేయలేము.

....

41. శిరస్సు ఆనంద సముద్రం. దానిలో ప్రాణ లింగం ఉంది, అంటే, ముక్తి స్థానం (ముక్తి). దీనిని పుస్తకాల నుండి నేర్చుకోలేము. ఇది మెదడులో అంతర్లీనంగా ఉంటుంది. పుస్తకంలో భాగాలు ఉంటాయి, కానీ జ్ఞానం అనేది విడదీయరానిది. పుస్తకంలో అధ్యాయాలు ఉంటాయి, కానీ జ్ఞానం ఒకే అధ్యాయం. గ్రహించని వారికి, ఒక పుస్తకం అవసరం; కానీ సాక్షాత్కారం ఉన్న వ్యక్తికి, ఒకే ఒక అవిభక్త జీవి ఉంటుంది. ఒక మనిషి జన్మించినప్పుడు, అతను చేతిలో పుస్తకంతో పుట్టడు, కానీ అతను మెదడుతో పుడతాడు. (ఈ లోకానికి) వచ్చి (ఈ లోకం నుండి) వెళ్ళేటప్పుడు, మనిషి చేతిలో పుస్తకం ఉండదు. మధ్య కాలంలో మాత్రమే అతను ఒక పుస్తకాన్ని తీసుకుంటాడు.

....

42. ఒక మనిషి జన్మించినప్పుడు, అతను పరిపూర్ణుడు; అతను వెళ్ళినప్పుడు కూడా, అతను పరిపూర్ణుడు. మధ్యలో, అతను మాయకు లోబడి ఉంటాడు. అన్ని దిశలలో వ్యాపించి ఉన్నది ఒకటి, అవిభాజ్యమైనది; పరిమితం చేయబడినది, విభజించదగినది.

....

43. పారే నీరు ఉన్న చోట బురద ఉండదు; ఆ ప్రదేశం చాలా శుభ్రంగా ఉంటుంది. అజ్ఞానం (అజ్ఞానం) బురద; నీటి ప్రవాహం భక్తి మరియు జ్ఞానం.

....

44. ఒక మనిషికి కొంత డబ్బు ఇవ్వడం లేదా అతనికి భోజనం పెట్టడం భక్తి కాదు. భక్తి అంటే సార్వత్రిక ప్రేమ. ద్వంద్వత్వం అనే కనీస ఆలోచన లేకుండా, అన్ని జీవులలో భగవంతుడిని చూడటం భక్తి.
45. శ్వాస నియంత్రణ (ప్రాణాయామం) లేకుండా మనిషి యోగి (పరిపూర్ణ పురుషుడు) కాలేడు; సన్యాసి (సాధువు) కూడా కాదు. చుక్కాని లేకుండా, పడవ లేదా ఓడను నడపడం అసాధ్యం.

....

46. మంచి మనిషికి ప్రతి మనిషి మంచివాడే; ప్రతిదీ మంచిదే. ఒక మనిషి తన సొంత కృషి ద్వారా మంచిగా ఉండగలడు.

....

47. మనం చెరకు రసం తాగి చెత్తను పారేస్తాము. అదేవిధంగా, ఈ శరీరం ఆత్మకు ఒక ఇల్లు. అది చెడిపోయినప్పుడు, మనం కొత్తది నిర్మిస్తాము.

....

48. నశించేది గూడు; పక్షి కాదు. గూడు మట్టితో నిర్మించబడింది. రక్త నాళాలు మరియు నాడులు భూమి; రక్త నాళాలలో రక్తం మరియు వీర్యం ఉన్నాయి; మాంసంతో తయారైన ఈ శరీరం మరణానికి లోనవుతుంది; దానిని ఒక్క రోజు కూడా కడగకపోతే, అది దుర్వాసన వస్తుంది; మనం మానవ శరీరాన్ని నమ్మలేము.

....

49. ఆలోచనలకు మనస్సు సృష్టికర్త. స్థూల ఆలోచనలు అణచివేయబడి, మనిషి సూక్ష్మంలో నివసించినప్పుడు, ఈ స్థితిని "నిర్వికల్ప సమాధి" లేదా ఆలోచనలు లేని సమాధి అంటారు. మనం పక్షిని కాళ్ళు బంధించి బోనులో ఉంచి ఎలా మాట్లాడాలో నేర్పించినట్లే, మన మనస్సును మన బుధిలో ఉంచుకోవాలి. మనిషి స్వయంగా నేర్చుకోవాలి.

....

50. ముక్కును చేతితో పట్టుకుని, కళ్ళు పైకి తిప్పి, గడియారపు స్ప్రింగ్‌ను తాళంతో చుట్టినట్లుగా శ్వాసను గట్టిగా పట్టుకోవడం సర్కస్ విన్యాసాలు లేదా సినిమా షో లాంటివి - వీటిని "సమాధి" అని పిలవరు.

....

51. ఈ ప్రపంచంలో సమానత్వ భావన గొప్ప విషయం. ప్రజలు నీడల వెంట వెర్రితలలు వేస్తారు; చాలా కొద్దిమంది మాత్రమే కనిపించని వాటి వెంట వెర్రితలలు వేస్తారు. నిజమైన పిచ్చి చాలా అరుదు, అది లక్ష లేదా రెండు నిమిషాల్లో ఒకదానిలో మాత్రమే కనిపిస్తుంది. మరికొందరు ఒక ఘటికలో (ఇరవై నాలుగు నిమిషాలు) పదహారు విషయాల వెంట వెర్రితలలు వేస్తారు. "నాకు ఇది కావాలి", "నాకు అది కావాలి", "ఇది వేరేది", "అది వేరేది", అలాంటి పిచ్చి మాటలు ఉంటాయి. వివిధ ఉద్దేశాలను అలరించడం పిచ్చి. మనస్సు యొక్క చంచలత్వం పిచ్చి. గొప్పతనం పిచ్చి. వాస్తవికతను ఆచరించడం మరియు చూడటం దీనికి విరుద్ధమైన పిచ్చి. జనన మరణాల నుండి విముక్తి దైవిక పిచ్చి. సత్యాన్ని గ్రహించని వారు స్థూలమైన వాటి వెంట వెర్రివాళ్లే. ప్రతి

ఒక్కరికీ ఏదో ఒక రకమైన పిచ్చి ఉంటుంది. వేలాది మంది ఇళ్ళు, వజ్రాభరణాలు, బంగారం మరియు ఆస్తిని కలిగి ఉంటారు. వారు పుట్టుకతో వీటిని తీసుకురాలేదు లేదా మరణానంతరం వీటిని తీసుకెళ్లరు.

……….

52. శరీరం ఉనికిలో లేదు, అదృశ్యం కాదు. ఆయనే సర్వోన్నత కార్యకర్త. మనిషి పుట్టుకతోనే ఇక్కడికి తీసుకువచ్చే శ్వాస మరియు ఈ లోకాన్ని విడిచిపెట్టినప్పుడు మనిషి తనతో తీసుకునే శ్వాస. ఆస్తి మరియు కీర్తి ఇక్కడే ఉన్నాయి. అక్కడ, ప్రతిదీ ఒక్కటే. ద్వంద్వం ఇక్కడే ఉంది. మరోవైపు, ద్వంద్వం లేదు. పరిపూర్ణ పురుషుడు (అవధూత) పురుషులలో గొప్పవాడు. యోగులు మరియు సన్యాసిలు కొంత సిద్ధిని కోరుకుంటారు, అంటే యోగా లేదా తపస్సు ద్వారా శక్తిని పొందుతారు. అవధూత ఏమీ కోరుకోదు.

……….

53. SAT CHIT తో ఏకమైనప్పుడు, ఆనంద (ఆనందం) ఫలితం. ఈ ఆనందమే పరమానందం, శ్రీ సచ్చిదానంద. పరమానందం తలలో అనుభవిస్తాడు. తలలో బ్రహ్మనాడిలో ఉంటాడు. బ్రహ్మానందం పరమానందం. జీవుడు పరమాత్మతో ఏకమైనప్పుడు ఈ ఆనందాన్ని అనుభవిస్తాడు. ఈ ఆనందాన్ని శివానంద అని కూడా అంటారు. పరమానందం తలలో అనుభవమవుతుంది. ఈ స్థితి శాశ్వత ఆనందం. ఈ స్థితి జీవన్-ముక్తి.

……….

54. అతను ప్రాపంచిక సుఖాలను త్యజించి, యోగాభ్యాసం ద్వారా దేవుడిని చూసిన జ్ఞాని. ఆనంద (ఆనందం) మీరు విన్న దానిలో లేదు. ఆనందం అనేది అనుభవానికి సంబంధించిన విషయం. అలాంటి వ్యక్తిని మహాత్ముడని అంటారు. మట్టి మరియు రాతి విగ్రహాలను చూసిన వారు మహాత్ములు కాలేరు. అతను తనను తాను తెలుసుకున్న మహాత్ముడు.

……….

55. అవధూతుడు మరణాన్ని, జననాన్ని జయించాడు. అతనికి శరీరం యొక్క స్పృహ లేదు, అవధూత అన్ని గుణాలను (లక్షణాలను) అధిగమించాడు. అతను "సర్వజ్ఞుడైన కాంతి"ని తెలిసినవాడు. అతనికి "నేను" అనే స్పృహ లేదు. అలాంటివాడు రాజయోగి, హఠయోగి కాదు. అతను ఒక గ్రామానికి వచ్చినప్పుడు, అతను ఎవరిని చూసినా ఆనందిస్తాడు. అతను ఇక్కడ మరియు అక్కడ తిరుగుతున్నప్పటికీ అతనికి ద్వంద్వత్వం యొక్క స్పృహ లేదు. అతనికి ఆకలి లేదు.

అతనికి తినదగినవి పుష్కలంగా లభిస్తే అతను సమృద్ధిగా తింటాడు. అతనికి లభించకపోతే, అతను ఎవరినీ అడగడు. అతనికి విషం ఇచ్చేవారు మరియు అతనికి పాలు ఇచ్చేవారు అతనికి ఒకటే. అతన్ని కొట్టేవారు మరియు అతన్ని ప్రేమించేవారు అతనికి ఒకటే. అవధూతకు, విశ్వం తండ్రి, తల్లి మరియు సంబంధం. అతను విశ్వం అవుతాడు మరియు విశ్వం అతను అవుతుంది. విశ్వం అతనిలో కలిసిపోతుంది.

……….

56. ప్రాణాయామంలో, పూరకం శ్వాసను పైకి లాగుతుంది. కుంభకం శ్వాసను నిలుపుకుంటుంది. రేచకం శ్వాసను వదులుతుంది. ఈ మూడు రకాల శ్వాసలు లోపలి నుండి వస్తాయి. బయటి నుండి ఏమీ తీసుకోబడదు. ఈ విధంగా సాధన జరుగుతున్నప్పుడు, ప్రాణం ఒక నాడిలో మాత్రమే కదులుతుంది. అప్పుడు మనం అంతర్గత ఆనందాన్ని అనుభవిస్తాము. ఈ బ్రహ్మానందాన్ని ఎవరు వర్ణించగలరు? అప్పుడు బాహ్య ప్రపంచం మరచిపోతుంది. అప్పుడు మనం ఆవల ప్రపంచంలో ఉంటాము.

....

57. "ఈ లోకం" అంటే జీవాత్మ; "తరువాతి లోకం" అంటే జీవాత్మ మరియు పరమాత్మల కలయిక.

....

58. చిన్న నదులు సముద్రంలోకి ప్రవేశించినట్లే, మన దృష్టి అంతర్గత శ్వాసపై కేంద్రీకరించబడాలి.

....

59. కనిపించేది క్షణికమైనది; అది నశించేది. మనస్సు "బిందు" మరియు "నాద"లో విలీనం అయినప్పుడు, నిర్వికల్ప సమాధి లభిస్తుంది. అప్పుడు మన దృష్టి పూర్తిగా ఆనంద (శాశ్వత ఆనందం) వైపు ఉంటుంది. కనుబొమ్మల మధ్య దృష్టిని కేంద్రీకరించి, ప్రాణం పవిత్ర బ్రహ్మరంధ్రంలోకి ప్రవేశించాలి. ఇక్కడ దివ్య నేత్రానికి వెలుగుల కాంతి కనిపిస్తుంది. ఇది ముక్తి. ఇది శాశ్వతంగా అత్యున్నతమైన ఆనందం. ఇది మానస్ నివసించాల్సిన ప్రదేశం; వేదాలు ఉద్భవించిన శాశ్వతమైన జీవి ఇది. ఇది అందరిలోనూ పరమాత్మను చూడటం; ఇది జీవాత్మ యొక్క నిజమైన స్థానం.

....

60. జీవుని నిజమైన స్థానం నిరాకారమైనది, అవిభాజ్యమైనది. దేవుడు కదిలే మరియు కదలని అన్నింటిలోనూ వ్యాపించి ఉంటాడు. ఆయన రెండవవాడు కాదు. దేవుడు వేదాలకు మూలం. ఆయన శరీరానికి ప్రభువు. ఆయన జీవన్ముక్తికి ప్రభువు. మనిషి మనిషిగా ఉండాలంటే, భగవంతుని గురించి ధ్యానం చేయాలి (ధ్యానం చేయాలి).

....

61. "వాస్తవం" గురించి ధ్యానం చేసేవాడు సన్యాసి; అతను యోగి. "పరియా" అనే తేడా బాహ్యంలో ఉంటుంది. అంతర్గతంగా, తేడా లేకుండా అందరూ ఒక్కటే. "పరియా" అంటే మరణం తర్వాత కాదు. "పరియా" అంటే అసూయ మరియు గర్వం ఉన్నవాడు; మతం గురించి వ్యర్థమైన చర్చను కలిగి ఉండేవాడు; ఇతరుల గురించి వారి వెనుక చెడుగా మాట్లాడేవాడు. కుట్టుపని అంటే దారం మరియు వస్త్రం కుట్టడం కాదు; కానీ మానస్ మరియు బుధిని కుట్టడం, అంటే బుధిలో మానస్‌ను విలీనం చేయడం.

ఇప్పుడు పురుషుడు మరియు స్త్రీ అనే భేదం; నిజమైన స్త్రీ అంటే బాహ్యంలో కలిసిపోయిన వ్యక్తి; నిజమైన పురుషుడు అంటే అంతర్గతంలో కలిసిపోయిన వ్యక్తి. బుద్ధి దృఢంగా ఉన్నవాడు పురుషుడు; బుద్ధి చంచలంగా ఉన్నవాడు స్త్రీ. పురుష మరియు స్త్రీ అనే ఈ భేదం బాహ్యమైనది మాత్రమే. అంతర్గతంగా అలాంటి భేదం అస్సలు

ఉండదు. మానస్ మరియు బుధి ఆత్మలో కలిసిపోయినప్పుడు, శారీరకంగా స్త్రీ అయిన వ్యక్తి ఆధ్యాత్మికంగా "పురుషుడు" అవుతాడు.

....

62. శరీరమే గుహ. ఈ గుహలో ఆత్మ నివసిస్తుంది. శరీరంలో నివసించే ఆత్మ "మోక్షం" (ముక్తి) పొందాలి. బాహ్య శరీర భాగాలు భిన్నంగా ఉంటాయి; అదృశ్య (సూక్ష్మ) లో అన్నీ అవిభాజ్యమైనవి. ఓం అనేది ప్రణవం. ప్రణవం అనేది రూపం (శరీరం) అంతటా వ్యాపించి ఉంటుంది. ఓం అనేది శరీరరహితం మరియు నిరాకారత.

....

63. ప్రారంభంలో భక్తి స్వార్థపూరితమైనది. తరువాత, దానిలో స్వార్థం ఉండదు. ఒక వ్యక్తి పరిపూర్ణతను పొందినప్పుడు, మొత్తం విశ్వం అతనికి గురువుగా మారుతుంది.

....

64. "హఠ యోగం" అని పిలవబడేది స్వార్థం. హఠ యోగంలో మనిషి తన సొంత మంచితనాన్ని కోరుకుంటాడు. అతను కీర్తిని కోరుకుంటాడు; అతను రేపటి సూర్యోదయాన్ని ఆపగలడు; అతను బంగారు పర్వతాన్ని సృష్టించగలడు. "నేను బ్రహ్మను" అని చెప్పడం కేవలం కాదు. "నీవే (ఓ దేవా!) అన్నీ; అన్నీ నువ్వే" అని మనం చెప్పాలి. యోగి అంటే మొత్తం విశ్వాన్ని యోగి అని భావించేవాడు. అతను అందరినీ తనలాగే భావించాలి.

....

65. ఒక మనిషి అడవికి వెళ్లి అక్కడ ఒక గుహలో నివసిస్తుంటే, అది గుహలోని మృగం లాంటిది. మైలురాళ్ళు కూడా అలాంటి మనిషి కంటే మెరుగ్గా ఉంటాయి ఎందుకంటే మైలురాళ్ళ ద్వారా, మనం దూరాన్ని మైళ్ళలో లెక్కించవచ్చు. అలాంటి వ్యక్తులు ఎటువంటి ప్రయోజనం పొందలేరు. ఆలోచనాపరుడైన మనిషి క్రమంగా ప్రపంచాన్ని త్యజించడం కొనసాగించాలి. ఒక మనిషి ఆహారం తిన్నప్పుడు, అది తన సొంత ప్రయోజనం కోసమే. ఇతరులు దాని నుండి ప్రయోజనం పొందరు. మనం చీకటిని వదిలివేస్తే సరిపోదు. మనం ఎల్లప్పుడూ వెలుగులో జీవించాలి. చీకటి మార్గంలో మనకు వెలుగు ఉంటే, మనకు భయం ఉండదు. చీకటిలో నడవడంలో భయం ఉంటుంది.

....

66. "ఫలితాల" కోరికతో వేల సంవత్సరాలుగా తపస్సు చేసినా, అది ఫలించదు. కానీ "ఫలాల" కోరిక లేకుండా ఒక ఘటిక (ఇరవై నాలుగు నిమిషాలు) తపస్సు చేస్తే, మీరు భగవంతునిలో అన్నీ మరియు భగవంతుడిని అందరిలో చూస్తారు.

....

67. హఠయోగం ద్వంద్వం. అత్యంత శ్రేష్ఠమైనది రాజయోగం. ఏ మనిషి కూడా తాను కర్త అని అనుకోకూడదు. ప్రతిదీ ఆ మహాత్ముడే నిర్దేశించాడు. ఉప్పు సముద్రపు నీటి నుండి లభిస్తుంది. నీటితో కలిపినప్పుడు, అది దానితో ఏకమవుతుంది. అదేవిధంగా, మాయ పరమాత్మ నుండి ఉద్భవించి చివరకు అతనిలో కలిసిపోతుంది.

....

68. వేదాంత అంటే ప్రాణం (శ్వాస). ప్రాణంలో పూర్తిగా విలీనం కావడమే వేదాంతం.
వేదాంతం ఒకటే అవిభాజ్యం. అది విడదీయరానిది. వేద పారాయణం అని పిలవబడేది నాలుక నుండి కాదు. వేద పారాయణం గొంతు నుండి రావాలి. ఈ రహస్యం తెలిసిన వారు బ్రాహ్మణులు. వేదం అనేది OM అనే ఒకే అక్షరం. ఇది ప్రేరణ యొక్క అగ్ని. వేదాంత నిరాకారమైనది మరియు మార్పులేనిది; అవిభాజ్యం. వేదం వల్ల వెలుగు కలుగుతుంది. యోగాలో ధారణ అని పిలువబడేది నిజమైన వేద పారాయణం.

....

69. సైకిల్ టైరును పంపు గాలితో నింపినట్లుగా, నాడులను (నరాలు) "వేదాంత వివక్ష" (వేదాంత పరిశీలన నుండి ఉద్భవించిన వివక్ష) తో నింపాలి. ప్రాణాన్ని మెదడులోని అత్యున్నత బిందువు అయిన బ్రహ్మ రంధ్రానికి పెంచాలి. నాడులను శుద్ధి చేయాలి మరియు అటువంటి శుద్ధి దశలవారీగా చేయాలి. బుధి మరియు మానసులు పరమాత్మతో ఏకం కావాలి. మీరు అతనితో ఆడుకోవాలి. మీరు పై కథలో కూర్చుని చుట్టూ క్రిందికి చూడాలి. బుధి స్థానం పైన ఉంది. బుధి జ్ఞానంతో ఏకం కావాలి. మీరు ఎల్లప్పుడూ శాశ్వత ఆనందం యొక్క నీటిని త్రాగాలి. మీరు ఆనంద మకరంతో ఒకటిగా ఉండాలి. ఈ శాశ్వత ఆనందంలో ఎల్లప్పుడూ విలీనం అయిన వారిని మీరు తెలుసుకోవాలి. ఈ ఆనంద రహస్యాన్ని మీరు తెలుసుకోవాలి. సాధారణంగా, కుండలిని మేల్కొలపాలి. మనం ఊయలలో ఉన్న పిల్లవాడిని ఊపినట్లుగా, మన దృష్టిని తలలో కేంద్రీకరించి అక్కడ ఏమి జరుగుతుందో పరిశీలించాలి. పరమానంద (పరమానందం), సదానందం (శాశ్వత ఆనందం) తలలో ఉన్నాయి. శివలింగం కూడా తలలో ఉంది, అది ఒకటిగా ఉండాలి.

....

70. మీరు ఒక పెట్టె వైపు అగ్గిపుల్లని రుద్దినప్పుడు, మీకు అగ్ని వస్తుంది. మీరు ప్రతిరోజూ వంట చేయాలి. మీరు అన్ని భేదాలకు దూరంగా ఉండాలి. గ్రహీత ఆరోగ్యంగా ఉన్నప్పుడు, అతనికి దీక్ష ఇవ్వాలి. విచక్షణా శక్తి ఉన్న వ్యక్తికి దీక్ష ఇవ్వాలి.

....

71. ఆకలి లేని మనిషికి ఆహారం ఇస్తే, అది అతనిలో అజీర్ణాన్ని కలిగిస్తుంది. కడుపు నిండిన వారికి ఆకలి ఉండదు. బాగా దుస్తులు ధరించిన వారికి చలి ఎక్కువ అనిపిస్తుంది.

....

72. కాశీకి రైలులో వెళ్ళాలి. "శివానందపురి" పట్టణం చేరుకోవాలి. "శాంతి" దేశానికి వెళ్ళాలి. "బ్రహ్మానందపురి" వద్ద తన ప్రయాణాన్ని ఆపాలి.

....

73. మనిషి తనను తాను తెలుసుకోవాలి; మనసును జయించినవాడే మనిషి; అతనే సన్యాసి; అతనే యోగి; అతను అందరిలోనూ ఒకే ఆత్మను చూస్తాడు. మీరు ఎండలో తిరుగుతూ ఒక చీకటి గదిలోకి వచ్చారని అనుకుందాం. మీకు ఏమి కనిపిస్తుంది? ఐదు నిమిషాలు సూర్యుడిని చూసి చీకటి గదిలోకి రండి; మీరు ఏమీ చూడలేరు; ఇది ఎలా ఉండాలో అలాగే ఉంటుంది. లోపలి (ఆధ్యాత్మిక) కన్నుతో చూడాలి.

....

74. పండిన పండు రుచికి చాలా తీపిగా ఉంటుంది. పండని అదే పండు వగరుగా ఉంటుంది. రెండూ ఒకే చెట్టు ద్వారా ఉత్పత్తి అవుతాయి. ఈ రెండింటి మధ్య వ్యత్యాసం కాలం వల్ల కలుగుతుంది. కొబ్బరికాయను భూమిలో నాటిన వెంటనే, అది మొక్కగా పెరగదు. మొదట, అది మొలకెత్తుతుంది, తరువాత అది మొక్కగా మారుతుంది మరియు చివరికి అది చెట్టుగా మారుతుంది. లేత కొబ్బరి చెట్టును నేల నుండి సులభంగా తీయవచ్చు. కానీ పూర్తిగా పెరిగిన కొబ్బరి చెట్టును సులభంగా తీయలేము. అలాగే, మన మనస్సు ప్రభావితం కాకుండా ఉండాలి, ప్రజలు మనతో ఏమి చెప్పినా లేదా వారు మన గురించి ఏమి చెప్పినా; మనస్సు ఎల్లప్పుడూ మన నియంత్రణలో ఉండాలి. మనిషి జీవితంలో సాధించాల్సినది ఇదే. జీవితంలో ఇది "ఒకే వస్తువు" అయి ఉండాలి. తల నరికిపేయబడినా కూడా మనిషి దీనిని సాధించాలి. మనం బెత్తంతో లేదా చేతితో లేదా మరేదైనా కాదు, మనస్సుతోనే దెబ్బ కొట్టాలి. తాడు లేకుండా మనిషిని కట్టిపేయడం నేర్చుకోవాలి. జీవితంలో మనిషి సాధించాల్సింది ఇదే.

....

75. "పాపం" కి మనస్సు నిలయం; అది మంచి, చెడు చర్యలకు కారణం. వీటన్నింటికీ మనసే కారణం. మనస్సు లేకపోతే వాక్కు ఉండదు, మనస్సు లేకుండా ఏమీ రాదు, ఏమీ పోదు. కానీ మనస్సు కోసం, ఏమీ సాధించలేము. ఒకరికి ఇంగ్లీష్ మాట్లాడటం తెలుసు కానీ దానిని ఎలా రాయాలో తెలియదని అనుకుందాం; అప్పుడు అతనికి ఇంగ్లీష్ పూర్తిగా తెలుసు అని మనం చెప్పలేము. అతనికి రెండూ తెలిసినప్పుడు, అతను మాత్రమే ఇంగ్లీషులో ఉత్తీర్ణత సాధించగలడు.

....

76. ఐదు సంవత్సరాల వయసున్న పిల్లవాడికి కూడా దేవుడు ఉన్నాడని తెలుసు; కానీ ఆ పిల్లవాడికి దేవుడు ఎక్కడ ఉన్నాడో తెలియదు. సూర్యుడు అన్నీ చూస్తాడు; కానీ చాలా తక్కువ మంది, లక్ష లేదా ఇద్దరిలో ఒకరు, సూర్యుడిని చూస్తారు. ఈ ప్రపంచంలో, మూడింట ఒక వంతు మంది జంతువుల మాదిరిగా లైంగిక ఆనందాలను ఇష్టపడతారు. మధ్యస్థ స్థితికి చేరుకున్న వారు కూడా, ప్రజలలో నాలుగింట ఒక వంతు కంటే తక్కువ. ఈ ప్రపంచంలో మంచి పనులు చాలా తక్కువ. చెడు పనులు చాలా ఉన్నాయి.

....

77. చిత్ ను సత్ తో ఏకం చేసినవాడు స్వామి. ఉపాధి అంటే శాంతి వృక్షం. మనం ఈ "శాంతి వృక్షం" కింద ఆశ్రయం పొందాలి.

....

78. ఎల్లప్పుడూ బ్రాహ్మణుడితో ఐక్యంగా ఉండేవారే బ్రహ్మచారులు. అలాంటి వ్యక్తి ఒక పతిత కులానికి చెందినవాడు కూడా కావచ్చు. చేతిలో సన్యాసి దండం పట్టుకోవడం ద్వారా లేదా భగవద్గీత ప్రతిని పట్టుకోవడం ద్వారా ఒకరు "స్వామి" కాలేరు; ఎరుపు రంగు దుస్తులు ధరించడం ద్వారా లేదా అతను ఎవరితో కలిసినా దేవుడి గురించి చర్చించడం ద్వారా కాదు.

....

79. బంగారాన్ని నిప్పులో కరిగించినట్లయితే, అది మెరుపుతో ప్రకాశిస్తుంది; అలాగే, వ్యక్తి తనను తాను శుద్ధి చేసుకోవాలి, కోరిక మరియు కోపాన్ని అంతర్గతంగా చంపుకోవాలి. ఆత్మపరిశీలన ద్వారా, అతను అంతర్గతంగా కదలాలి. మనిషి మనస్సు ఎప్పుడూ స్థిరంగా ఉండదు.

....

80. మనిషి ఎంత దుర్మార్గుడైనా, ఐదు నిమిషాల్లోనే అతని దుష్టత్వం మంచిగా మారవచ్చు. మేఘాలు ఉన్నంత వరకు, సూర్యకిరణాలు కనిపించవు. మేఘాలు అన్ని దిశలలో చెల్లాచెదురుగా ఉన్న వెంటనే, సూర్యుడు కనిపిస్తాడు. ఓం ''శాంతి స్తంభం''! ఓం ''శాంతి స్వరూపం''! ఓం! ఓంకార్‌కు నమస్కారం!

....

81. ఆహారం తీసుకోవడం గురించి ఎటువంటి నియమమూ లేదు. భోజనం చేయకూడదని ఎవరూ చెప్పలేదు. మితంగా తినండి! మితంగా తినడమే నియమం. సగం కడుపు, ఆహారం; నాల్గవ వంతు నీరు; నిద్రను ఎక్కువగా ఇష్టపడకండి.

....

82. అగ్ని దేనినైనా, అన్నింటినీ దహిస్తుంది. అది మంచి చెడుల మధ్య తేడాను గుర్తించదు. అదేవిధంగా ''కర్మ'' చేస్తున్నవారు ఏదైనా తినవచ్చు. ''కర్మ'' అంటే ఏమిటో తెలియని వారు ఏమి చేయాలో తెలియదు. అలాంటి వ్యక్తి అజీర్ణంతో బాధపడుతుంటాడు. జీర్ణక్రియ సరిగ్గా ఉన్నవాడు తనకు నచ్చినది ఏదైనా తినవచ్చు. అది జీర్ణమవుతుంది. నిద్ర అవసరం; మితమైన నిద్ర. కడుపు నిండినప్పుడు తినవద్దు. మీ భోజనంలో ఎల్లప్పుడూ క్రమం తప్పకుండా ఉండండి.

....

83. మెడలో బంగారు గొలుసులు; చెవులకు బంగారు ఆభరణాలు; వేళ్లకు బంగారు ఉంగరాలు. శరీరంపై ఉన్నప్పుడు దోచుకుంటామనే భయానికి ఇవి కారణాలు. ధనమే భయానికి కారణం. శరీరంపై బంగారం లేనప్పుడు భయం ఉండదు.

....

84. "భయం" అని పిలవబడేది మనస్సు యొక్క సృష్టి; అంతర్గత దృష్టికి, భయం ఉండదు. అంతర్గత కన్ను (జ్ఞానం) లేని మనిషికి భయం ఉంటుంది. బండి ఎలా ఉంటుందో వర్ణించడం అంధుడికి అసాధ్యం. గురువు లేని మనిషికి, ప్రపంచంలో చోటు లేదు.

....

85. ఆహారం నిండినది అంటే ప్రాణం నిండినది. ఆహారం అంటే ప్రాణం. మనం మన డబ్బును పెద్దగా ఆలోచించకుండా ఒక పెట్టెలో నిల్వ చేస్తే, అది గొప్ప నిల్వలోనే ఉంటుంది. దాని నుండి మనం ఖర్చు చేస్తే, అది తగ్గిపోతుంది. డబ్బు (సంపద) జీవితం; పెట్టె తెలివి (బుద్ధి). పెట్టెకు ఏమీ అవసరం లేదు. అదేవిధంగా, ఒక వ్యక్తి తనను తాను తెలుసుకుంటే, అతను ఏమీ కోరుకోడు. మనతో ఉన్న సాధన (సాధన) యొక్క అంతర్గత వ్యాయామం ద్వారా, మనం ప్రాణాన్ని బ్రహ్మ రంధ్రానికి (సుషుమ్నా కాలువ యొక్క పై చివర) నడిపిస్తే, అక్కడ ప్రాణం మరియు శివుడు ఐక్యమైతే, మనకు ఏమీ అవసరం లేదు. మానసాన్ని క్రిందికి దిగకుండా నిరోధించి, దానికి "మధ్యే మార్గం" యొక్క రాజమార్గాన్ని చూపించడాన్ని ఆహారం అంటారు.

....

86. రాముని పునరావృతం నిజమైన ఆనందం; అది శాశ్వతమైన ఆత్మ ఆనందం; శాశ్వతమైన నిజమైన ఆనందం; అంతర్గత ఆత్మ ఆనందం; కుండలిని వైభవ ఆనందం. మనస్సుకు అధిపతి రాముడు. రాముడు అంటే ఆత్మ. పది ఇంద్రియాలను (ఐదు కర్మేంద్రియాలు మరియు ఐదు జ్ఞానేంద్రియాలు) నియంత్రించేది రాముడు. రావణుడు అంటే మనలోని అన్ని దుష్ట గుణాలు. సీత అంటే చిత్త. లక్ష్మణుడు అంటే శ్రద్ధ (ఆలోచన నియంత్రణ). కృష్ణుడు అంటే ఆత్మపరిశీలన. ఈ ఆత్మపరిశీలన శాశ్వతమైన ఆత్మ ఆనందం.

....

87. అందరూ మనుషులే. మనిషి కంటే ఉన్నతమైన అవతారం లేదు. మనిషి జంతువులలో గొప్పవాడు. కానీ సూక్ష్మమైన వాటి గురించి ఆలోచించే వారు పురుషులలో ఉత్తములు.

....

88. ‘‘ఏకాదశి’’ అంటే ‘‘ఏకదేవుని’’ పూజ. అలాంటి వ్యక్తికి ప్రతి రోజు ఏకాదశి. అలాంటి ఏకాదశి ఉన్నవారిని ‘‘పురుషులు’’ అంటారు. ఒక వ్యక్తి స్థూల విషయాల గురించి చాలా తక్కువగా ఆలోచించాలి. అతను తన సమయంలో ఎక్కువ సమయం సూక్ష్మ విషయాల ధ్యానంలో గడపాలి.

....

89. ఒక వ్యక్తి మృతదేహం కాలిపోతున్నట్లు చూసినప్పుడు "కోరిక తగ్గుతుంది". ఈ కోరికలు లేకపోవడం తాత్కాలికం. ఇది శరీరం యొక్క రహస్యం. గురువు ఇచ్చిన కోరికలు లేకపోవడం విడిచిపెట్టకూడదు. కోరికలు లేకపోవడం నుండి మనిషి బంధం నుండి విముక్తి పొందుతాడు. ఈ కోరికలు లేకపోవడం ఉత్తమమైనది. గురువు ద్వితీయమైనది. మనిషికి దీక్ష ఇవ్వాలనే కోరిక మూడవ తరగతికి చెందినది. గురువును పొందడం రెండవ తరగతికి చెందినది. సాధన ద్వారా; తనకు తానుగా అనుభవాన్ని పొందడం అనేది నిజమైన కోరికలు

లేకపోవడం, ఇది మానవ జీవిత లక్ష్యం. ఒకరు సాధన చేసి తన జ్ఞానాన్ని మరొకరికి అందించినప్పుడు, అది "యోగానంద కోరికలు లేకపోవడం". ఇది నాశనరహిత మరియు అవిభాజ్య స్థితి, ఇది శాంతి వృక్షం. తలలో ఉన్న శాంతి వృక్షాన్ని ఎక్కడం మరియు ఆ "శాంతి వృక్షం"తో ఏకం కావడం నిజమైన నాశనం కాని కోరికలు లేకపోవడం. మోహం మరియు కోపం యొక్క ప్రాథమిక మూలాన్ని నరికివేయడం అవినాభావ కోరికలు లేకపోవడం. సంసారంలో ఉండటం, దాని ఆనందాలలో కొంత ఆనందించడం మరియు దానిని త్యజించడం రెండవ కోరికలు లేకపోవడం. కోరికలు లేకపోవడం అంటే ఈ జీవితంలోనే బంధనాల నుండి విముక్తి.

....

90. "విశ్వాసం" లేనివారికి కోరికలు లేకపోవడం ఉండదు. అదేవిధంగా, మానసాన్ని నాశనం చేసిన వారికి వాసనలు ఉండవు. అలాగే, విశ్వాసం లేనివారు ఎటువంటి ఫలాలను పొందరు. మనం ఐదు లేదా ఆరు వేల రూపాయలకు వజ్రాన్ని కొంటాము; ఇదంతా అద్దె భ్రమ. మనకు వజ్రం కొనాలనే మనస్సు లేకపోతే, దాని విలువ మట్టి ముద్ద కంటే ఎక్కువ కాదు.

....

91. మూలకాలు ఐదు కాదు, నాలుగు. .భూమి, నీరు, అగ్ని మరియు గాలి; స్థలం అనేది ఒక మూలకం కాదు; అది విడదీయరానిది. భూమి విస్తరించి ఉంది. గాలి నీటి పైన ఉంది; అంతరిక్షం గాలి పైన ఉంది; సముద్రం సరిహద్దు; భూమి మంచం; అంతరిక్షం ఇల్లు; గాలి పైన ఉంది; భూమి క్రింద ఉంది; భూమి ఎరుపు; గాలి తెల్లగా ఉంటుంది. నాలుగు మూలకాలతో తయారు చేయబడిన భూమి గుండ్రంగా లేదు; ఇది త్రిభుజాకారంగా ఉంటుంది; చంద్ర నాడి మరియు సౌర నాడి మధ్య సుషుమ్న (నక్షత్ర నాడి); భూమి మన ముఖం లాంటిది.

....

92. వాయు (గాలి) నాశనం కానిది; అది ఒకటి, అవిభాజ్యం. అది ప్రతిదానిలోనూ ఉంటుంది. దీపం యొక్క గాజు చిమ్నీ మూసుకున్నప్పుడు, కాంతి ఉండదు. అది మూయబడనప్పుడు, దీపం ప్రకాశవంతంగా ప్రకాశిస్తుంది. మనం "భూమి"ని తీసుకొని దానిని చక్కెరగా ఊహించుకుంటే, అది ఆలోచనలో మాత్రమే చక్కెర. భూమి యొక్క స్వభావం మారదు. అలాగే, ఒక మనిషి యోగి లేదా జ్ఞాని అయినప్పటికీ, శరీర స్వభావం అతన్ని విడిచిపెట్టదు. మానస్ శరీరంతో కాదు, బ్రహ్మంతో ఏకమవుతుంది. జ్ఞానులు శరీర పరిమితులకు లోబడి ఉంటారు. వారి మానస్ నాశనం చేయబడినందున, వారికి వారి శారీరక స్థితి గురించి తెలియదు. నిద్రలో ఉన్న మనిషిని, నాగుపాము కాటు వేస్తే, నాగుపాము కాటు గురించి తెలియదు మరియు అతను దాని ద్వారా ప్రభావితం కాదు. అదేవిధంగా, జ్ఞానులకు వారి శరీరం గురించి తెలియదు మరియు అందువల్ల, శారీరక పరిస్థితులు వారిని ప్రభావితం చేయవు. ఇంగ్లీషులో లేదా ఏదైనా భాషలో వ్రాసిన ఒక లేఖను ఐదు లేదా ఆరు నెలల వయస్సు గల పిల్లలకు ఇచ్చినప్పుడు, ఆ బిడ్డ ఆ లేఖను పారవేస్తాడు మరియు దానిలో ఏముందో దానికి తెలియదు. ఆరు నెలల వయస్సు గల బిడ్డకు వజ్రానికి మరియు భూమి ముద్దకు మధ్య తేడా అస్సలు

తెలియదు. అలాంటి పిల్లలకు శరీరం గురించి తెలియదు. వారు ఎల్లప్పుడూ ఆత్మ గురించి ఆలోచిస్తూ ఉంటారు. పిల్లలకు ద్వంద్వత్వం గురించి తెలియదు. వారి మెదడు అభివృద్ధి చెందినప్పుడు, వారు తేడాలను తెలుసుకుంటారు. మెదడు అభివృద్ధి చెందనప్పుడు, అటువంటి బిడ్డలోని ప్రాణం సుషుమ్నలో ఉంటుంది.

....

93. పిల్లవాడు నెల నెలా పెరుగుతున్న కొద్దీ, అది వివిధ విషయాల గురించి జ్ఞానాన్ని పొందుతుంది. పూర్వ జ్ఞానం వల్ల ఉపయోగం లేదు. మనిషి అన్నీ తెలిసినప్పుడు, అతను పిల్లవాడిలా ఉండాలి. నిజమైన జ్ఞాని ఆరు నెలల బిడ్డ లాంటివాడు. అలాంటి పిల్లవాడు తన స్వంత ప్రకృతి పిలుపుల గురించి స్పృహలో ఉండడు. అది ప్రకృతి యొక్క రెండు పిలుపుల మధ్య తేడాను గుర్తించదు. జ్ఞానులు ఒకేలా ఉంటారు. వారు ఒక విషయాన్ని ఇష్టపడరు మరియు మరొకదాన్ని ఇష్టపడరు. వారికి విషం గురించి తెలియదు. విషాన్ని నిర్వహించేవాడు దాని గురించి ఆలోచించాలి. తినేవాడు (జ్ఞానులు) ఎప్పుడూ దాని గురించి పట్టించుకోడు. అదేవిధంగా, జ్ఞాని "నాకు భోజనం కావాలి", "నాకు అది కావాలి" అని చెప్పడు. వారు ఎల్లప్పుడూ అంతర్గత ఆత్మలో బాగా స్థిరపడ్డారు.

....

94. మన తల కొబ్బరి పండు లాంటిది. కొబ్బరికాయలో నీరు మరియు గింజ ఉన్నాయి. అదేవిధంగా, మన తలలో నీరు మరియు గింజ ఉన్నాయి. తలలో "చిదాకాశం" ఉంది. అది "హృదయాకాశం" బావి. మనం ఈ బావి నుండి నీరు తీసుకుని త్రాగాలి. భూమిలో బావి తవ్వి దాని నుండి నీరు త్రాగడం వల్ల ఉపయోగం లేదు. మనం "హృదయం" అని పిలిచేది కింద లేదు; అది (మెడ) పైన ఉంటుంది. మనం వంట చేస్తున్నప్పుడు, మంటలు పైకి వెళ్తాయి; అలాగే గుండె పైకి వెళ్తుంది. హృదయంలో కాంతి ఉంటుంది; దానిలో చీకటి ఉండదు. ఒక వ్యక్తి తల తెగిపోతే, అతని తొండం వైపు చూడటం ద్వారా ఆ వ్యక్తి ఎవరో మనం చెప్పలేము. అది కంటి ద్వారా చూసే హృదయం. ఒక వ్యక్తికి అంతర్గత కన్ను ఉండాలి. "హృదయ స్థలం" అని పిలువబడేది త్రిభుజాకార ముఖం. ఒక వ్యక్తి ముఖాన్ని చూడటం ద్వారా మనం అతనిని తెలుసుకోవచ్చు. ఒక వ్యక్తి తన రహస్యాన్ని తెలుసుకోవాలి. ఒక వ్యక్తి తనను తాను తెలుసుకోవాలి.

....

95. మీ చేతిలో ఒక నిర్దిష్ట వస్తువు ఉంది; మీరు దాని కోసం వేరే చోట వెతికితే, మీకు అది కనిపించదు. మీరు పై అంతస్తులో కూర్చుని, అక్కడ దీపం వెలిగించి, తలుపులు మూసివేస్తే, క్రింద ఉన్నవారు వెలుగును చూడలేరు. "బైస్కోప్ చూడండి!" "డ్రామా చూడండి!" - ఇవన్నీ తలలో కనిపిస్తాయి. ప్రతిదీ ఒకే స్థలం నుండి చూడాలి; అనేక వస్తువులను చూడటానికి మీరు అనేక ప్రదేశాలకు వెళ్లవలసిన అవసరం లేదు. మద్రాస్ నగరాన్ని అక్కడి నుండి మరియు ఇక్కడి నుండి కూడా చూడవచ్చు. దానిని ఒకే స్థలం నుండి చూడటం మంచిది. మనం దానిని మన మెదడులో "ఆదర్శంగా" చేసుకోవాలి.

....

96. ముక్తి అనేది మన భక్తి స్వభావం ప్రకారం ఉంటుంది. మీరు కష్టపడి ప్రయత్నిస్తే, మీకు మంచి జీతం వస్తుంది. మీరు కొంచెం ప్రయత్నిస్తే, మీకు తక్కువ జీతం వస్తుంది.

....

97. మనం చిన్నపిల్లలుగా ఉన్నప్పుడు, మన తండ్రి ఎవరో, మన తల్లి ఎవరో మనకు తెలియదు. మనం పెద్దయ్యాక, మన తల్లిదండ్రుల గురించి తెలుసుకుంటాము. కోడి తిన్నప్పుడు, అది తన కాళ్ళతో తన వైపు ఉన్న ప్రతిదాన్ని గీసుకుంటుంది. అదేవిధంగా, మనిషి తెలివితేటలు అభివృద్ధి చెందినప్పుడు, అతను స్వార్థపరుడు అవుతాడు. ప్రతిరోజూ పురుషులు చనిపోతారు; ప్రతిరోజూ పురుషులు పుడతారు; కానీ అరుదుగా వారు తమ స్వార్థాన్ని తగలబెట్టుకుంటారు. విభజించదగినది విభజించలేని దానితో ఒకటి అయినప్పుడు స్వార్థం పూర్తిగా అదృశ్యమవుతుంది. బియ్యం నుండి “అంబాడ” మరియు “హల్వా” వంటి వివిధ రకాల తినదగినవి తయారు చేయబడతాయి. ఈ తయారీలను బియ్యం అని పిలవరు.

....

98. నీరు లేని పాత్ర పనికిరానిది. భక్తి అంటే నీరు; బుద్ధి (బుద్ధి) పాత్ర. సూక్ష్మ భక్తి లేనివాడు మనిషి కాదు. మనిషి నోటితో నృత్యం చేయడం శక్తి పని కాదు; ఈ నృత్యం ఒక ఉపాయం. ఉపాయం యొక్క గమనం క్రిందికి ఉంటుంది. శక్తి మధ్యస్థ మార్గాన్ని అనుసరిస్తుంది. ఉపాయం శరీరానికి చెందినది; శక్తి ఆత్మీయమైనది; శక్తి యొక్క అగ్ని ముందు ఉపాయం శక్తిలేనిది.

....

99. దాదాపు అన్ని పండ్లలో వాటి విత్తనాలు లోపల ఉంటాయి; కానీ జీడిపప్పు గింజ బయట ఉంటుంది. జీడిపప్పు గింజలాగే మన మనస్సు కూడా "సంసారం" వెలుపల ఉండాలి. ఒకరు తనకోసం చక్కెరను నిల్వ చేసుకోకూడదు మరియు ఇతరులకు ఇసుకను పంపిణీ చేయకూడదు. రాజమార్గాన్ని అనుసరించే వ్యక్తి, ఇతరులను అడవులతో కప్పబడిన మార్గానికి నడిపించకూడదు. ఇతరులను రాజమార్గం ద్వారా నడిపించడం ఒకరి విధి. మనం దీన్ని ఒకేసారి చేయాలి, భవిష్యత్తు గురించి మనకు ఖచ్చితంగా తెలియదు.

....

100. ఒక రైలు ఒక స్టేషన్ నుండి బయలుదేరినప్పుడు, గంటలు మోగుతున్న శబ్దం ద్వారా రైలు సమీపిస్తున్నట్లు తదుపరి స్టేషన్‌కు సమాచారం అందుతుంది. "బిందు-నాద" అని పిలువబడేది గంట. మనం బావిలోకి రాయి విసిరినప్పుడు శబ్దం విన్నట్లే, తల లోపల "బిందు-నాద" అని వింటాము.

....

101. ఒక బాలుడు మొదటి తరగతి ఉత్తీర్ణుడై రెండవ తరగతికి వెళ్ళినప్పుడు, అతనికి ఇకపై మొదటి తరగతి పుస్తకాలు అవసరం లేదు. ఒక వ్యక్తి గాఢ నిద్రలో ఉన్నప్పుడు, అతను నక్షత్రాలను లేదా సూర్యుడిని లేదా చంద్రుడిని చూడడు. అతనికి ఏమీ తెలియదు. అప్పుడు మనస్సు శూన్యం. నిద్ర అనేది ఒక సూక్ష్మ స్థితి; అది స్థూలమైనది కాదు. గాఢ నిద్రలో మనం శరీరం గురించి స్పృహలో ఉండము. అప్పుడు మనం ఆత్మ గురించి

మాత్రమే స్పృహలో ఉంటాము. ప్రాణం శరీరంలో స్థిరమైన స్థాయిలో ఉన్నప్పుడు మనకు నిద్ర వస్తుంది. అహం పూర్తిగా నాశనం అయినప్పుడు, ప్రతిదీ "ప్రతిబింబం" లాగా కనిపిస్తుంది. మనస్సు యొక్క మాయ శాశ్వతం కాదు. అది శివుడు కాదు.

....

102. ఒక వ్యక్తి న్యాయశాస్త్రంలో పట్టభద్రుడైనప్పుడు, అతనికి విశ్వవిద్యాలయ గౌను లభిస్తుంది. ఈ గౌను తల నుండి పాదం వరకు శరీరాన్ని కప్పి ఉంచుతుంది. దీనికి నాలుగు చేతులు (రెండు చేతులు మరియు రెండు కాళ్ళు) ఉంటాయి. SAT మరియు CHIT ఐక్యమైనప్పుడు, మనకు ఆనంద, బ్రహ్మానంద, పరమానంద, శ్రీ సచ్చిదానంద, శ్రీ యోగానంద ఉంటారు. మనం ప్రాపంచిక సుఖాలను త్యజించినప్పుడు, మనం దైవిక సుఖాలను ఆస్వాదిస్తాము, జీవ సత్యాన్ని గ్రహించినప్పుడు, మనం ఆనందాన్ని ఆస్వాదిస్తాము.

....

103. గురువు లేని వారు సత్యాన్ని గ్రహించలేదు. ఈ ప్రపంచంలో కారణం లేకుండా ప్రభావం ఉండదు. ఈ ప్రపంచంలో చీకటి వెలుగుగా కనిపించినప్పుడు దానిని జ్ఞానమని పిలుస్తారు. చీకటి అంటే అజ్ఞానం. వెలుగు అంటే జ్ఞానం. కపటంగా ఉండి కీర్తిని సంపాదించుకోకు.

....

104. మీరు చేసేది చెప్పండి మరియు మీరు చెప్పేది చేయండి.

....

105. చనిపోయే ముందు, అడవి మార్గాన్ని వదిలి రాజ మార్గాన్ని అనుసరించండి. మీరు మీ మరణశయ్యపై ఉన్నప్పుడు, మీరు నరకం యొక్క వేదనలను అనుభవించవచ్చు, మీ ప్రాణం మూడు హాస్యాల (వాత, పిత్త మరియు కఫ) ద్వారా నిరోధించబడుతుంది.

....

106. ఈ ప్రపంచంలో ఐ.సి.ఎస్. పాసైన వారిని జాగ్రత్తగా చూసుకోవడానికి చాలా మంది ఉన్నారు, కానీ దైవత్వ మార్గం గురించి విచారించడానికి ఎవరూ లేరు. ముక్తి యొక్క ఆనందం అంటే ఏమిటో మరియు అది ఏమిటో ఎవరూ వర్ణించలేరు. సృష్టి ప్రారంభం నుండి శివుడు బోధించిన ఆ మతం ఒకటి మరియు ఒకటి మాత్రమే.

....

107. శివుడు ఇచ్చిన కష్టాలు దుఃఖం కాదు. శివుడు ఇచ్చిన దుఃఖం దుఃఖం కాదు. అది మీ మానసిక భ్రాంతి. ఈ భూమిపై మనం జన్మించే సమయంలో, కొంత కష్టం ఉంటుంది. అలాగే చివరికి కూడా. మనిషి తన తల్లి గర్భం నుండి బయటకు వచ్చినప్పుడు, వారి కళ్ళలో నుండి కన్నీళ్లు కారుతాయి.

....

108. అంతా శివుడే. న్యాయం, దానికి వ్యతిరేకం రెండూ శివుడే. 0 మనసు! అన్యాయాన్ని వదిలి న్యాయంతో ఐక్యంగా ఉండు.

....

109. ఓంకారం అనేది రెండవది లేనిది. ఓంకారం సృష్టి మరియు లయ రెండింటికీ కారణం. ఓంకారం మనస్‌ను నాశనం చేస్తుంది. ఓంకారం నిజంగా మీలోని ఆత్మ. ఓంకారం అవిభాజ్యమైనది; విభజించదగిన వస్తువు ఎప్పటికీ విభజింపబడదు. ప్రారంభం నుండి శివుడు బోధించిన ఒకే ఒక మతం ఉంది. మీరు ఒక గదిలో తలుపులు మూసివేసి కూర్చుంటే, మీరు బయట ఏమీ చూడలేరు. తలుపులు మూసివేయబడినప్పుడు, జీవుడు శివుడితో కలుస్తాడు. తలుపులు మూసివేయబడనప్పుడు, జీవుడు శివుడి నుండి వేరు చేయబడతాడు.

....

110. ఓంకారం అవిభాజ్యం. ఓంకారం సృష్టి. ఓర్కార్ అంటే మాయ, క్రియ, మానస్, చైతన్యం, చైతన్య కాంతి. చిత్తం కోరికకు కారణం.

....

111. SAT అనేది ఒకటి, అవిభాజ్యమైనది. అది శాశ్వతమైన "సూక్ష్మమైనది". CHIT ఎల్లప్పుడూ మారుతూ ఉంటుంది.

....

112. “SAT” “CHIT” తో కలిసినప్పుడు, ఫలితం ఆనందము అవుతుంది. ఈ ఆనందమే సచ్చిదానంద, శ్రీ నిత్యానంద, శ్రీ పరమానంద. జీవుడు మరియు పరమాత్మల ఐక్యతే ఆనందము, యోగానంద, పరమానంద, సచ్చిదానంద మరియు బ్రహ్మానందము.

....

113. హృదయంలో ఉన్న ఆ దేవుడిని నువ్వు చూడాలి. అవును, నువ్వు అతన్ని చూడాలి. శాశ్వత ఆనందం (నిత్యానంద) అయిన ఆ కృష్ణుడిని నువ్వు చూడాలి. రాయిని దేవుడిగా భావించడం భ్రాంతి. శివుడు ఇచ్చిన మరణ బాధ బాధ కాదు. దుఃఖమంతా మానసిక భ్రాంతి. నీలోనే దేవుడిని స్తుతించు. నీ తలలో ఆయనను స్తుతించు! శాశ్వత ఆనందం అయిన పరబ్రహ్మ రహస్యాన్ని నువ్వు తెలుసుకోవాలి. అవును, ఆ రహస్యాన్ని నువ్వు తెలుసుకోవాలి. హృదయంలో ఆయనను చూడు. బయటి కన్నుతో కాదు, నీ లోపలి కన్నుతో ఆయనను చూడు. లోపలి కన్నుతో రాజమార్గాన్ని చూడు. కిందకు వెళ్ళే మార్గాన్ని వదిలి కేంద్ర మార్గానికి రండి. కిందకు వెళ్ళే మార్గాన్ని అంటే దేవుని రహస్యం తెలియకుండా బాహ్య శరీరాన్ని అలంకరించే వ్యక్తులు అనుసరించే మార్గం.

....

114. ఈ ప్రపంచంలో ఎవరూ పిచ్చివారు కాదు.

....

115. స్థూల సుఖాలను వదిలి సూక్ష్మ సుఖాలను ఆస్వాదించండి. శారీరక నిద్రను వదిలి సూక్ష్మ నిద్రను ఆస్వాదించండి. శాశ్వతమైన ఆ నిద్రను ఆస్వాదించండి. ఈ నిద్ర మన సూక్ష్మ స్థితిలో మాత్రమే ఆనందించబడుతుంది. మనస్సు యొక్క మాయను బూడిద చేయండి.

....

116. ఉపనయన కర్మను చేసిన బ్రాహ్మణుడు. నీలో "ఉపాధి" అని పిలువబడే దానిని స్థాపించుకో. కోరికలు లేనివాడిగా, నీ హృదయంలోకి చూడు. కోరికలు లేని కన్నుతో చూడు. తేడాలను విస్మరించు. "నువ్వు" మరియు "నేను" అనే ఆలోచనను బూడిద చేయు. అవును, నువ్వు దానిని బూడిద చేయు.

....

117. ప్రారంభంలో, శివుడు ప్రచారం చేసిన ఒకే ఒక మతం ఉండేది. ప్రారంభంలో, మానవులలో "పురుషుడు" మరియు "స్త్రీ" అనే తేడా లేదు. ఈ వ్యత్యాసం స్థూల స్వభావంలో మాత్రమే ఉండేది. సూక్ష్మ ప్రకృతిలో, అన్నీ ఒక్కటే. సూక్ష్మానికి ఎటువంటి లక్షణాలు ఉండవు. సూక్ష్మమైనది ప్రతిచోటా శాశ్వతమైన ఆనందాన్ని మాత్రమే పొందుతుంది. కలిగి ఉండటం మరియు చూడటం అన్నీ మానసిక భ్రాంతి. కనిపించే ప్రపంచం తాత్కాలికం.

....

118. హరి ప్రభువు కాదు; శివుడు ప్రభువు. హరి అని పిలువబడేది మాయ. మనం నీడ (ప్రతిబింబం) ద్వారా మోసపోకూడదు. "మాయ" అని పిలువబడేది మాయ. సూక్ష్మ మరియు స్థూల మధ్య తేడాను గుర్తించడం మాయ. సూక్ష్మ మరియు స్థూల వల్ల కలిగే మాయ ఒకటే. స్థూల వల్ల కలిగే మాయ బహుముఖమైనది. "ఇది" "అది" నుండి భిన్నమైనదని చెప్పడం మాయ. ఈ మాయ మనస్సు వల్ల కలుగుతుంది. హృదయంలోకి చూసి "శాశ్వత ఆనందం" అనే మాయను గ్రహించండి. హృదయంలో శాశ్వతమైన ఆత్మను చూడండి. అవును, చూడండి. మీరు అనుభవించేది చెప్పాలి. మీరు విన్న దాని నుండి మాట్లాడకూడదు. మీరు అనుభవించినది మాట్లాడండి. వినికిడి అనేది వాస్తవం కాదు. వినికిడి అనేది ఆనంద్ (ఆనందం). మీ అనుభవానికి పదే పదే వచ్చినది ఆనంద (నిజమైన ఆనందం).

....

119. మీ స్వభావాన్ని గ్రహించండి. మీరు మరొకరిని మరియు మిమ్మల్ని మీరు భిన్నంగా చూసినప్పుడు, అది మాయ. మిమ్మల్ని మరొకరితో గుర్తించుకోండి. మీలో ఉన్న రహస్యాన్ని గ్రహించండి. మీరు ఈ గుర్తింపు గురించి మాట్లాడితే సరిపోదు, కానీ మీరు దాని ప్రకారం ప్రవర్తించాలి. బాహ్య కన్నుతో మీరు చూసేది పనికిరానిది. మరణ సమయంలో వ్యత్యాసం అనే భావన ఇబ్బందులకు కారణం అవుతుంది.

....

120. మరణ సమయంలో "ఒకే దృష్టి" అనేది "ఊర్ధ్వ శ్వాస" (పైకి ఊపిరి పీల్చుకోవడం). "ఒకే దృష్టి" అనేది విడదీయరానిది. ఇది అత్యున్నత ఆనందం. ఇది "సూక్ష్మమైనది". ఇది "శాశ్వతం". "పైకి ఊపిరి"లో, ఎటువంటి కేవింగ్ శబ్దం లేదు. 0 శివ! మీ కృపతో, మేము శ్రావ్యంగా ఊపిరి పీల్చుకోవడానికి మరియు వదులుకోవడానికి

అనుమతించండి. ఒకరు తలలో ధ్యానం చేయాలి. శాశ్వత ఆనంద సముద్రం గురించి ధ్యానం చేయాలి. ఇడా (చంద్ర నాడి), పింగళ (నక్షత్ర నాడి) మరియు సుషుమ్న (సౌర నాడి) లో ధ్యానం చేయండి.

....

121. "ఆనంద-కుండలిని"! (ఆనందకరమైన కుండలిని!). లేవండి! అగ్గిపుల్ల అగ్గిపెట్టెలో ఉంది. అగ్గిపుల్లలో వెలుగు ఉంది. అగ్గిపుల్లని రుద్ది మంటను రగిలించండి. అజ్ఞాయనం చీకటి; జ్ఞానమే వెలుగు. కుండలిని శాశ్వత ఆనందం; అవును, అది నిజమే. హృదయంలో శాశ్వత ఆనందం ఉంది. అనంతమైన కాంతి కుండలిని! కుండలిని "బ్రహ్మ వెలుగు". సూర్యకాంతి సూక్ష్మ కాంతి. సౌర నాడి సుషుమ్న - చంద్ర నాడి ఇడ మరియు నక్షత్ర నాడి పింగళ.

మూడవ కన్ను నాడి జ్ఞాన స్థానం. ఈ నాడిలో జ్ఞాన స్థానం ఉంది. ఈ నాడిలో (జ్ఞాన) నిద్ర ఉంది - సుషుప్తి. నిద్రలో, మేల్కొలుపు ఉండదు. ఈ నిద్రను ఆస్వాదించండి. ప్రాణ మరియు అపాన రెండింటినీ సమన్వయం చేస్తూ, సూక్ష్మ నిద్రను ఆస్వాదించండి. ప్రాణ మరియు అపాన రెండింటినీ సమన్వయం చేస్తూ, శాశ్వత ఆనందాన్ని ఆస్వాదించండి. శ్వాస స్థానం నిజం. ఇది అంతర్గత స్థలం (చిదాకాశం). శాశ్వత అంతరిక్షంలో శాశ్వత ఆనంద స్థానం ఉంది. ఈ గోపురం శాశ్వత శాంతి స్థానం. "అచేతన నిద్ర"లో, ఆనంద స్థానం "స్పృహ నిద్ర"ని ఆస్వాదించండి. ఇది జంతువుల నిద్ర కాదు. "మానవుని నిద్ర"ని ఆస్వాదించండి. మనిషి లక్ష్యం మరియు ముగింపు అయిన ఆ నిద్రను ఆస్వాదించండి. "ఆధ్యాత్మిక కన్ను" (ఉపనయనం) నిద్రను ఆస్వాదించండి. మాట్లాడేటప్పుడు, కూర్చున్నప్పుడు, ఎటువంటి కోరికలు లేకుండా, ఎటువంటి ఆలోచనలు లేకుండా, ఈ ఆధ్యాత్మిక నిద్రను నిద్రించండి. శ్వాసపై మీ దృష్టిని కేంద్రీకరించండి, నిద్రించండి. లోపలి మరియు బాహ్య శ్వాస యొక్క సహజ "జప"ను చేయండి. మానసిక (సూక్ష్మ) కలిగి ఉండండి.

భక్తి; అవును, అది కలిగి ఉండండి. బంధం నుండి విముక్తి పొందండి. స్థిరమైన భక్తిని కలిగి ఉండండి; ఎప్పుడూ అంతరాయం కలిగించవద్దు. ఎటువంటి నియంత్రణ లేకుండా పైకి క్రిందికి శ్వాస తీసుకోండి. శ్వాసను పైకి లాగడం పూరకం; శ్వాసను ఆపడం కుంభకం. కుంభకం మీ "నిజమైన స్థానం".

శ్వాసను వదులుట అనేది రేచకం. శ్వాస తీసుకునేటప్పుడు, అది బావి నుండి నీరు చేదినట్లుగా ఉండాలి. మెదడులోని బ్రహ్మ-రంధ్రం వరకు శ్వాసను పైకి లాగండి. అలాంటి శ్వాస ద్వారా, "జ్ఞాన అగ్ని"ని రగిలించండి. నాడులను శుద్ధి చేసుకోండి. ఈ అగ్నిలో త్రిగుణాలను (వాత, పిత్త మరియు కఫ) దహనం చేయండి. "విచక్షణ" అని పిలువబడేది అటువంటి అగ్ని: అది యోగ-అగ్ని; అది కడుపులోని ఆహారాన్ని జీర్ణం చేసే అగ్ని. వివక్షత అంటే సూర్యకాంతి. దేవుడు సూక్ష్మ శక్తి రూపంలో విశ్వమంతా వ్యాపించి ఉంటాడు. సృష్టి మనస్సు యొక్క సందేహాల వల్ల కలుగుతుంది. సృష్టి పూర్తిగా మానసిక అనురాగం. మీరు "ఏక దృష్టి"ని పొందినప్పుడు, సృష్టి ఉండదు.

సూక్ష్మ స్థితి చంచలమైన మరియు నిశ్చల జీవులకు సాధారణం. వ్యత్యాసం అశాశ్వతం (ప్రకృతి). వ్యత్యాసం మాయ. వ్యత్యాసం శరీరంలో ఉంటుంది. శరీరాలు అస్థిరమైనవి. ప్రకృతి నశ్వరమైనది. స్థూలంలో సూక్ష్మాన్ని మీరు గ్రహించినప్పుడు, ఆ స్థితిని "మోక్షం" అంటారు. ముక్తి అవిభాజ్యం. ముక్తి హృదయ స్థలంలో ఉంటుంది. హృదయ స్థలంలో శివ-లింగం ఉంది. ఇది స్వయం ఉనికి. దీనిని "రాజకుమారుడు-ప్రాణ" అని కూడా అంటారు. ఇది "పైకి శ్వాస". దీనిని యోగాలో ప్రాణం అని పిలుస్తారు. ప్రాణమే ఒకటి. ప్రాణమే అన్నింటిలోనూ ఒకటి. ప్రాణమే ఉనికి. ఇది యోగా సాధన చేసిన వారికి మాత్రమే తెలుసు. యోగా సాధన చేయని వారికి ఈ విషయం తెలియదు; వారు కోరికలతో బంధించబడ్డారు. కాబట్టి, కోరికల బంధాన్ని తెంచుకోండి మరియు అందువల్ల మోక్షాన్ని పొందండి. ఒకే తత్వాన్ని గ్రహించండి; అంటే, పరమాత్మ. "అంతర్గత కన్ను" ద్వారా అతన్ని గ్రహించండి.

అతను "అంతర్గత నేత్రం" ద్వారా దేవుడిని గ్రహించిన వ్యక్తి. అలాంటి వ్యక్తి విశ్వం తనలోనే ఉందని మరియు తాను విశ్వంలో ఉన్నానని భావిస్తాడు. ప్రపంచంలో మునిగిపోయిన మనస్సు స్థిరంగా ఉండదు. హృదయ స్థలములో నివసించే శివుడు ఒక్కడే, శాశ్వతుడు. శివుడు ఓంకారుడు. ఓంకారమే ప్రణవుడు. రూపాలతో ఏకమైనప్పుడు అది ప్రణవము. ఓంకారమే శారీరక ఉనికి యొక్క "అజ్ఞానం".

……….

122. ఓంకారుడు అందరికంటే శ్రేష్ఠుడు. ఓంకారము సూర్యుని ఉదయము వంటివాడు. ఓంకారము అన్నిటికీ సాక్షి. ఓంకారము అన్ని రూపములకంటే భయంకరమైనది. ఓంకారము అగ్ని. ఈ విశ్వములో అగ్ని కంటే గొప్పది ఏదీ లేదు. అగ్ని అంతర్గతంగా మరియు బాహ్యంగా వ్యాపించి ఉంది. మధ్యలో భూమి ఉంది. భూమి క్రింద ఉంది; గాలి పైన ఉంది. గాలి విశ్వమంతా వ్యాపించి ఉంది; విశ్వం గాలిలో ఉంది. మొదటిది గాలి; రెండవది అగ్ని. మొదటిది వివక్షత; రెండవది శబ్దం. శబ్దరహితత గాలి రూపంలో ఉంటుంది. శబ్దరహితత శాశ్వతమైన ఆనందం. ఇది ఉనికి జ్ఞాన ఆనందం. ఆత్మ శబ్దరహితంలో విలీనం కావాలి. దృశ్య ప్రపంచం ఆత్మలోనే ఉంటుంది. SAT CHIT తో ఏకమైనప్పుడు, ఆనంద సాక్షాత్కరింపబడుతుంది. ఈ అనునాదుడు వివేకానందుడు, చైతన్యానందుడు, శ్రీ బ్రహ్మానందుడు, పరమానందుడు, శ్రీ నిత్యానందుడు మరియు సచ్చిదానందుడు. పురుషత్వం అంటే ఈ ఆనంద సాక్షాత్కారం. ఇది బ్రహ్మ జ్ఞానము, యోగ జ్ఞానము, కాల జ్ఞానము. ఈ ‘‘త్రి-కాల-జ్ఞానం’’ హృదయంలో ఉంది. హృదయంలో ముక్తి ఉంది. నిత్యానంద ముక్తి హృదయంలో ఉంది.

……….

123. భక్తి అంటే ప్రేమ (ప్రేమ). తినడానికి ఇవ్వడం లేదా తినడం భక్తి కాదు. ఇది మనస్సు యొక్క మాయ. ఇది శరీరానికి సంబంధించినది. "సూక్ష్మ" తినడం మరియు త్రాగడం ఉండాలి. వివక్షత అనే నీటిని త్రాగాలి. శాంతి అంటే నీరు. యోగానంద శాంతి నీటిపై కూర్చున్నాడు. ఓ మనస్సే! ప్రాపంచిక సుఖాలను విడిచిపెట్టి శాశ్వత ఆనందాన్ని ఆస్వాదించండి! ఓ మనస్సే! ప్రాపంచిక ఆనందాన్ని విడిచిపెట్టి శాశ్వత ఆనందాన్ని ఆస్వాదించండి!

శాశ్వతంలోకి ప్రవేశించండి, ఓ మనస్సే! హృదయంలోకి పరిగెత్తండి; నిజమైన ఆనందం హృదయంలో ఉంది; ముక్తి అని పిలువబడే ఆ ఆనందాన్ని ఆస్వాదించండి. దానిలో జీవించండి. బాహ్యాన్ని వదిలి అంతర్గతంలోకి ప్రవేశించండి. ఓ మనస్సే! మూడవదాన్ని తెరవండి.

(ద్వైవిక) కన్ను. వేరే దేని గురించి ఆలోచించవద్దు. ప్రపంచాన్ని "ఒకే దృష్టితో" చూడండి.

....

124. జపం వేళ్లతో చేయలేము. జపం నాలుకతో చేయలేము. శివుడిని మానసంతో పొందలేము. కర్మ చేతితో చేయలేము. కర్మ కాళ్ళతో చేయలేము. ఓ మనసా! మమకారం లేకుండా కర్మను ఆచరించు. కోరికలు లేకుండా, ప్రపంచాన్ని చూడు.

....

125. మనస్సు యొక్క నీచ స్వభావాలు బుద్ధిహీనత. ఈ బుద్ధిహీనత అనేది పరియా (బహిష్కృతుడు). ఇతరులను ఎగతాళి చేయడం మరియు ఎగతాళి చేయడం, కపటత్వం, గర్వం మరియు అసూయ మొదలైనవి పరియా లక్షణాలు. చర్మం నల్లగా ఉన్నవాడు, బట్టలు నల్లగా ఉన్నవాడు పరియా కాదు. తలపై తలపాగా, మణికట్టుపై గడియారం ఉన్న వ్యక్తి, అందరిలోనూ "సమానత్వం" గుర్తించకపోతే పరియా. పేదవాడు పరియా కాదు, కానీ స్వార్థపరుడు మరియు తేడాలతో నిండినవాడు పరియా. "వేదాంత" సత్యాన్ని గ్రహించని వ్యక్తి కాదు. ఒకరి జీవితకాలంలో విముక్తి అనేది శిక్షణ పొందిన గుర్రం లాంటి వేదాంతం. కానీ అడవి ఏనుగు లాంటి వేదాంతం ముక్తి కాదు, మాయ.

....

126. స్వార్థపూరిత మనస్సు స్థిరంగా ఉండదు (స్థిరంగా ఉంటుంది). సూక్ష్మ వివక్ష స్థిరంగా ఉంటుంది. సృష్టి అంటే శాంతి. సృష్టి అంటే "సాక్షి". సృష్టి అంటే సూక్ష్మ వివక్ష. సూక్ష్మ వివక్ష మనకు ఆరోగ్యాన్ని ఇచ్చే సంతృప్తిని ఇస్తుంది. సూక్ష్మ వివక్ష అనేది ముక్తి యొక్క విత్తనం. కుతంత్రం (యుక్తి) శక్తి కంటే ఉన్నతమైనది కాదు. కుతంత్రం శక్తికి లోబడి ఉంటుంది. కుతంత్రం అనేది మనస్సు యొక్క మాయ. శక్తి ఆత్మ నుండి వచ్చింది. సూక్ష్మ వివక్షే నిజమైన బుధి. శక్తి నిజంగా అలా పిలువబడుతుంది సూక్ష్మ వివక్ష.

....

127. మీరు భౌతిక కన్నుతో చూసేది స్థూల బుద్ధి, మీరు బయట చూసేది స్థూల బుద్ధి. మీరు లోపల చూసేది హరి కాదు. కనిపించేది శివుడు కాదు. మీరు లోపల చూసేది విశ్వం కాదు. శివుడిలో హరి ఉన్నాడు; హరిలో శివుడు కాదు.

....

128. సూక్ష్మ బుద్ధి అనేది బుద్ధి లేదా జ్ఞానము. అంతర్గత ఏకాగ్రత ఒక కోణం. స్థూల బుద్ధి అనేది పగ్గాలచే నియంత్రించబడని గుర్రం లాంటిది. ఇతరుల నుండి పొందిన తెలివి శాశ్వతం కాదు. అది హరి కాదు; అది శివుడు

కాదు. గురువు ద్వారా ఇవ్వబడినది సూక్ష్మ బుద్ధి. అది ఎప్పుడూ స్థూలం కాదు. స్థూల బుద్ధి పశుప్రాయమైనది. తాను పొందిన దానిని తిరిగి ఇవ్వని మనిషి కాదు.

....

129. జీవితపు నిజమైన లక్ష్యాన్ని తెలియనివాడు మృగం. ఈ లక్ష్యం కోరికలు లేకపోవడం. ఈ వాస్తవం తెలియనివాడు మనిషి కాదు. దేవుని సృష్టికి మకుటం మరియు పరాకాష్ట అయిన మనిషి, నీటి కింద మునిగిపోయి నీటి పైన పదే పదే పైకి లేచే కప్పలా ఉండకూడదు. ఈ మానవ జీవితం కప్ప జీవితంతో పోల్చదగినది కాదు. ఈ జీవితాన్ని ఎల్లప్పుడూ సాధించలేము. మనం దానిని సంపాదించుకున్న తర్వాత, జీవిత లక్ష్యాన్ని చేరుకోవడానికి మనం ప్రయత్నాలు చేయాలి. వంట చేయడానికి ముందు భోజనం చేయకూడదు. వివక్షత అనేది అగ్ని; తెలివితేటలు అనేది పాత్ర; ముక్తి అనేది జీవిత లక్ష్యం.

....

130. ఒకటి నివాసం; ఒకటి శాశ్వత నివాసం (ముక్తి); ఆ నివాసం ఓంకారము. ఆ నివాసం నిరాకారమైనది; మార్పులేనిది; అవిభాజ్యమైనది. భవిష్యత్తు సంతోషంగా లేదు; ఈ రోజు సంతోషకరమైన రోజు. రేపు కాదు; మరుసటి రోజు కాదు. తొమ్మిది గంటలు, పది గంటలు సమయం కాదు. ఇప్పుడే సమయం. వివక్షత ద్వారా మీరు గ్రహించే అవిభాజ్య సమయం "సమయం". జీవిత లక్ష్యాన్ని మరచిపోయి మీరు గడిపే సమయం భిక్షాటన.

....

131. ముక్తి స్థానం "గోకులనందన్". "గోవర్ధనుడు", "గోకులం". మూడవ కన్ను "గోకులం". అంతర్గత కన్ను "గోకులం". అది మధుర; అది బృందావనం.

....

132. తలలో సర్వవ్యాప్తి చెందిన దేవుడిని చూడండి! నిజంగా తలలో ఆయనను చూడండి! అందుకే శాశ్వత ఆనందాన్ని ఆస్వాదించండి! హృదయంలో ఈ సృష్టిని చూడండి.

....

133. ఓంకార సాక్షాత్కారం అంటే ప్రపంచ వినాశనం. ఓంకార సాక్షాత్కారం అంటే మానస వినాశనం. ఒక మనిషికి గౌరవం మరియు అగౌరవం ఒకటి అయినప్పుడు, అతను ఆనందాన్ని, శాశ్వతమైన ఆనందాన్ని, అలుపెరుగని ఆనందాన్ని, నిజమైన ఆనందాన్ని పొందుతాడు. అప్పుడు కనిపించేదంతా ఆనందం తప్ప మరేమీ కాదు.

....

134. ‘‘శివుడు కాశీ నుండి వచ్చాడు’’; హృదయ స్థలం కాశీ; మానసం కాశీ. అంతా కాశీ. శాశ్వతమైన ఆత్మ కాశీ. కాశీ అంటే తలలో ఉంది. పది నాదాలు (శబ్దం) శాశ్వతమైనవి. సూక్ష్మమైన కాశీ అంటే నిర్వికల్ప కాశీ.

హరిద్వార్ అంటే శరీరంలోని తొమ్మిది ద్వారాలు. అది హృదయ స్థలం. అది శాంతి స్థానం. యజ్ఞం (త్యాగం) అంటే అమరమైన జ్ఞాన (జ్ఞానం).

……….

135. "యుక్తి" (నైపుణ్యం) అనేది కాలినడకన నడవడం లాంటిది. శక్తి అంటే హృదయంలోకి ప్రవేశించేది. సన్యాసం అంటే రైలులో వెళ్ళడం లాంటిది. కాలినడకన వెళ్ళేవాడు సంచారి. (మానసం చంచలమైనది). శరీరమే రైలు. రైలులో ప్రయాణీకుడు మనసం. ప్రయాణీకులు (మానసం) లేకపోతే, రైలు కదలదు; టిక్కెట్లు జారీ చేయబడవు; ప్రజలు గుమిగూడరు. అప్పుడు మొదటి తరగతి లేదా రెండవ తరగతి లేదా మూడవ తరగతి ఉండదు, మనసం శాంతి తరగతి; రథానికి యజమాని బుధి; ఇంజిన్ తల; నాడులు మరియు రక్త నాళాలు స్క్రూలు; నాడులు మరియు రక్త నాళాలలో కదిలేది వాయు (గాలి).

……….

136. మరణ సమయంలో నిన్ను రక్షించేవాడు శివుడు. అది హరి కాదు. శక్తి శివుడిలో ఉంది. మాయ (భ్రమ) హరిలో ఉంది. శరీరాలు భూమిపై ఉంటాయి. శారీరక ఇంద్రియాలన్నీ బాహ్యంగా చూస్తున్నాయి. శివుడు అంతర్గతుడు; ఆయన బ్రహ్మ-రంధ్రుడు. ఇతరులు బోధించేది నిజమైన జ్ఞానం కాదు; మీ అనుభవానికి వచ్చినది నిజమైన జ్ఞానం.

……….

137. మీరు పరిపూర్ణ శాంతిని పొందినప్పుడు, ఎక్కడికీ వెళ్లవలసిన అవసరం లేదు. ఏదైనా చూడవలసిన అవసరం లేదు. కాశీ, రామేశ్వర, గోకర్ణ మరియు ఇతర పవిత్ర స్థలాలకు వెళ్లవలసిన అవసరం లేదు. అన్నీ మనస్సులో కనిపిస్తాయి. వెళ్లడం మరియు రావడం అనేది మనస్సు యొక్క భ్రమలు. శాంతిని పొందినప్పుడు, అన్నీ ఒక్కటే అని కనిపిస్తుంది. బంధం నుండి విముక్తి అంటే అందరిలో ఒకడిని మరియు అన్నీ ఒక్కటిగా చూడటం. ఇది కోరిక లేకపోవడం. చేతిలో ఉన్న వస్తువు చేతిలోనే కనిపించాలి. మీరు దానిని మరెక్కడా కనుగొనలేరు. అలాగే, ప్రతిదీ ఒకరి స్వంత ఆలోచనలో పరీక్షించబడాలి.

……….

138. నిజమైన సూర్యోదయాన్ని చైతన్య ఆకాశంలో చూడాలి. ఇది అత్యంత అద్భుతమైన సూర్యోదయం. ఒక చిన్న మట్టి పాత్రలో ఉంచిన నీటిలో సూర్యుడు ప్రతిబింబించినట్లే, మొత్తం విశ్వాన్ని ఒకరి హృదయ స్థలంలో ఒకరి ఆత్మలో చూడాలి. మనం బండిపై ప్రయాణించేటప్పుడు, మొత్తం ప్రపంచం కదులుతున్నట్లు అనిపిస్తుంది. అదేవిధంగా, మొత్తం విశ్వాన్ని మీలోనే తెలుసుకోవచ్చు.

……….

139. ఆకలితో ఉన్నవాడికి ఆకలి అంటే ఏమిటో తెలుసు. అదేవిధంగా, ఆత్మకు ప్రతిదీ తెలుసు. రైలు ఒక స్టేషన్ నుండి బయలుదేరినప్పుడు, తదుపరి స్టేషన్‌కు ఒక తీగ పంపబడుతుంది. మీరు బావిలోకి రాయి

విసిరినప్పుడు, ఒక శబ్దం వినబడుతుంది. అలాగే, వాయు నాడిలో కదులుతున్నప్పుడు, "పది రకాల శబ్దాలు" వినబడతాయి.

....

140. నోరు మూసుకున్న పాత్రలో నీటిని మరిగించారని అనుకుందాం, అప్పుడు ఉష్ణశక్తి అంతా ఆ పాత్రలోనే కేంద్రీకృతమై ఉంటుంది. నీరు పంపు నుండి బయటకు వచ్చినప్పుడు, మనం ఓంకార శబ్దం వింటాము. మనం అడవి మార్గాన్ని వదిలి రాజమార్గంలో నడవాలి. క్రిందికి కదిలే శక్తిని పైకి కదిలించేలా చేయాలి. మనస్సు మనస్సు యొక్క స్థానాన్ని తెలుసుకోవాలి.

....

141. నీరు లేని చోట పడవ ప్రయాణించదు. అలాగే, వాయు కదలకపోతే, రక్త ప్రసరణ ఉండదు. ప్రసరణ ఆగిపోయినప్పుడు, వేడి ఉత్పత్తి ఆగిపోతుంది. వేడి ఉత్పత్తి ఆగిపోయినప్పుడు, ఆహారం జీర్ణం కాదు. అలాగే, అగ్ని లేకుండా రైలు కదలదు.

....

142. తాడు లేకుండా బావి నుండి నీటిని పైకి లాగలేము. శరీరంలో, శ్వాస అనేది తాడు. లోపలికి శ్వాసను సామరస్యంగా లాగడం అంటే బావి నుండి నీటిని పైకి లాగడం లాంటిది.

....

143. చెక్క దూలం యొక్క పలకలను తయారు చేయడానికి, దానిని పైకి క్రిందికి కోయాలి. అదేవిధంగా, శ్వాస శరీరంలో పైకి క్రిందికి కదలాలి. దానిని బుధిలోకి నడిపించాలి మరియు ఎల్లప్పుడూ పైకి దిశలో కదిలేలా చేయాలి. కొండపైకి రాయిని తీసుకెళ్లడానికి చాలా ప్రయత్నం అవసరం కానీ అదే మార్గంలో దానిని క్రిందికి తీసుకురావడం కష్టం కాదు. అలాగే, పైకి వెళ్లడం కష్టం కానీ క్రిందికి రావడం సులభం. ప్రాణం శరీరాన్ని విడిచిపెట్టడం కష్టం. ఒక వస్తువును స్వీకరించడం సులభం కానీ దానిని తిరిగి ఇవ్వడం కష్టం. తాము పొందిన దానిని తిరిగి ఇవ్వని వ్యక్తులు "మనుషులు" అనే పేరుకు అర్హులు కాదు. వారు కేవలం జంతువులు; వారికి ధర్మం లేదు.

....

144. (మృత్యువు దుఃఖాన్ని వర్ణించడం అసాధ్యం). సూక్ష్మమైన ఆలోచన ద్వారా జ్ఞానాన్ని పొందవచ్చు. కాబట్టి శ్వాసను నియంత్రించాలి. మనస్సును శబ్దంలో విలీనం చేయాలి.

....

145. తలపై భారం ఉన్న వ్యక్తి తన దృష్టిని భారం మీద ఉంచుతాడు. అదేవిధంగా, క్షేత్ర నాటకంలో రాజు పాత్రను పోషించే వ్యక్తి తన దృష్టిని కిరీటం మీద ఉంచుతాడు. అదేవిధంగా, జ్ఞానులు తమ దృష్టిని బుధి మీద ఉంచుతారు.

....

146. మానస్ (మనస్సు) బుధి (బుద్ధి) కంటే తక్కువ. బుధి రాజు. మానస్ ప్రధానమంత్రి. రాజును చూడటానికి ప్రధానమంత్రి తరచుగా రాజభవనానికి వెళ్ళాలి. అలాగే, మానస్ శరీరానికి రాజు.

....

147. మధ్యాహ్న సూర్యకాంతి ముందు వాయువు కాంతికి ప్రకాశం ఉండదు. చీకటిగా ఉన్నప్పుడు మాత్రమే వెలుగు ఉపయోగపడుతుంది. మనిషి ఆకలితో ఉన్నప్పుడు, అతను కులాల తేడాను పరిగణించడు. అదేవిధంగా, గాఢ నిద్రలో, ఆకలి ఉండదు. అప్పుడు, మానస్ ఉండదు. అలాగే, మనిషి యోగ నిద్రను నిద్రించాలి. అలాంటి వ్యక్తులు మాత్రమే జ్ఞానులు.

....

148. పది మందిని తీసుకోండి; వారి భక్తి ఒకేలా ఉండదు. పది మంది ప్రయాణం చేస్తున్నప్పుడు, వారిలో ఒకరు విశ్రాంతి తీసుకోవడానికి కూర్చుంటే, మిగిలిన తొమ్మిది మంది కూడా అలాగే చేస్తారు. అదేవిధంగా, ఒక వ్యక్తి భక్తితో ప్రేరణ పొందుతాడు; ఇతరులు అతనిని చూడటం లేదా వినడం ద్వారా కూడా భక్తులు అవుతారు.

....

149. మీ చేతిలో ఉన్న పువ్వు వాసన మీకు రుచించదు. దూరంగా ఉన్న పువ్వులు తీపి వాసన చూస్తాయి. మెదడు అభివృద్ధి చెందని పిల్లలు, ప్రపంచంలోని వస్తువులలో ఎటువంటి తేడాను చూడరు. వారి మెదడు అభివృద్ధి చెందినప్పుడు, వారు వస్తువులలో తేడాను చూస్తారు. శిశువుకు ఆరు నెలల వయస్సు వచ్చే వరకు, దానికి ఎటువంటి తేడాలు అనిపించవు. మొదటి తరగతి యోగి ఈ రకమైన శిశువు లాంటివాడు. మీరు ఒక శిశువుకు వజ్రం ఇస్తే, అది దానిని విసిరివేస్తుంది. అటువంటి పిల్లలకు, గులకరాళ్ళు మరియు వజ్రాలు ఒకటే. అదేవిధంగా, నిజమైన జ్ఞానులకు, భూమి ముద్ద మరియు డబ్బు ఒకటే. వారికి ఏ విధమైన కోరికలు ఉండవు. వారు ప్రతిచోటా ఒకే ఆత్మను చూస్తారు. అన్నీ ఆత్మలో మరియు అన్నింటిలో ఆత్మను చూస్తారు. ఈ దృష్టి అంతర్గతమైనది. అంతర్గత దృష్టి అని పిలువబడేది "సూక్ష్మ వివక్ష". సూక్ష్మ వివక్ష శివశక్తి. శివశక్తి పరబ్రహ్మ యొక్క అవిభాజ్య శక్తి. పరబ్రహ్మ-శక్తి అంటే ఆత్మ. ఇదే వాస్తవికత.

....

150. మనిషిలోని ప్రాణమే వాస్తవికత. అతను సరిగ్గా ఆలోచించే (ఆలోచించే) మనిషి. ఈ సరైన ఆలోచన (సరైన విచక్షణ) మనిషి యొక్క నిజమైన లక్ష్యం. సాధన ద్వారా ప్రతిదీ సాధించవచ్చు. సాధన ద్వారా, ప్రతిదీ తెలుస్తుంది.

....

151. ఒక విత్తనాన్ని ఒక పెట్టెలో భద్రంగా ఉంచితే అది పెద్దగా దిగుబడి ఇవ్వదు. మీరు దానిని భూమిలో చూసి పండిస్తే, ఒక విత్తనం వేల దిగుబడిని ఇస్తుంది. ఒక దీపం నుండి, మీరు వెయ్యి దీపాలను వెలిగించవచ్చు. ఒక చెట్టు వేల పువ్వులను ఉత్పత్తి చేస్తుంది. పువ్వు అంటే క్రింది స్థితి. చెట్టు అంటే పైకి ఉన్న స్థితి.

....

152. మనం భూమిలో బంగారు నాణెం విత్తితే, అది ఎప్పటికీ మొలకెత్తదు.

……….

153. నిర్జీవమైనది శబ్దరహితమైనది. అది స్థూలమైనది. జీవికి "శబ్ద బ్రహ్మ" (శబ్దాన్ని ఉత్పత్తి చేయగలదు) ఉంటుంది.

విశ్వం అంటే "చైతన్యం" తప్ప మరొకటి కాదు. మీరు ఒక ఇల్లు కట్టినప్పుడు, మొదట పునాది వేయాలి మరియు తరువాత, గోడలను పైకి లేపాలి. అలాగే, కారణం లేకుండా ప్రభావం ఉండదు.

……….

154. శారీరకంగా అంధులైన వారికి రూపాల జ్ఞానం ఉండదు. అలాంటి వారికి వెలుగు వల్ల ఉపయోగం లేదు. మానసిక మార్పులను నాశనం చేసిన వారు, అన్ని కోరికలను నాశనం చేస్తారు. అలాంటి వారు కలలకు లోనవుతారు.

……….

155. ముక్కు ద్వారా శ్వాస తీసుకోని వారికి ఎలాంటి కోరికలు ఉండవు. వారి శ్వాస పూర్తిగా అంతర్గతమైనది. వారు తమ శ్వాసను ఇడ మరియు పింగళాలు కలిసే "బ్రహ్మ రంధ్ర"లో కేంద్రీకరిస్తారు. వారు గొప్ప ఆత్మను గ్రహించారు; వారు అన్నింటినీ స్వయంగా చూస్తారు. ఇదే స్వరాజ్యం (స్వరాజ్యం). స్వరాజ్యం అంటే జీవుని నిజమైన స్థానం. జీవిత కాంతి "ప్రాణ వాయు". "ప్రాణ వాయు" అనేది స్వరాజ్య ప్రభుత్వ రాజధాని. ఆత్మ అనేది స్వరాజ్య ప్రభుత్వానికి ప్రభువు. స్వరాజ్యం అనేది ఒకరి స్వంత శక్తి. ఈ శక్తిని పరిపూర్ణ నియంత్రణలో ఉంచుకోవాలి. స్వరాజ్యం అంటే కొండ కాదు; అది బంగారం కాదు. కోరిక మరియు కోపం రెండింటినీ అదుపులో ఉంచుకోవడం స్వరాజ్యం. మనిషి తాను చేసేది చెప్పాలి మరియు చెప్పేది చేయాలి.

……….

156. మీరు నీటికి భయపడితే, మీరు పడవలో నదిని దాటలేరు. మీరు అగ్నికి భయపడితే, మీరు నీటిని వేడి చేయలేరు. భయాన్ని తరిమికొట్టాలి. ఏదైనా చేయదగినది సాధించాలంటే, ఒకరు పూర్తిగా నిర్భయంగా ఉండాలి. మనం చేసే ప్రతి పనికి మనసే కారణం.

……….

157. మామిడి చెట్టులో, అన్ని పండ్లు ఒకేసారి పెరగవు మరియు ఒకేసారి పండవు. మొదట, మనకు లేత పండ్లు వస్తాయి; కాలక్రమేణా, పండు పండుతుంది. పండిన పండు తినదగినది. అలాగే, పురుషులు కూడా మామిడి పండ్లలా ఉండాలి. ప్రతి విషయంలోనూ, మనం శాంతిని పెంపొందించుకోవాలి.

……….

158. శిరస్సు మామిడి. అందులో, తీపి అమృతం ఉంది. ఈ అమృతం పంచేంద్రియాల సారాంశం. ఈ అమృతం మనిషిలోని అత్యున్నత శక్తి.

……….

159. రాత్రిపూట దీపం లేని ఇంటికి అందం ఉండదు. ఇంటి స్వభావం ఏదైనా, ఆ ఇల్లు నశించిపోయేది. ఇంటికి దీపం ఎలా ఉంటుందో, అది శరీరానికి జ్ఞానమే. ఆ వెలుగు కుండలిని కాంతి. బురదలో దాగి ఉన్న వస్తువుకు విలువ ఉండదు. బురద నుండి వెలికితీసినప్పుడు, అందరూ దానిని ఉపయోగించుకుంటారు. బురదలో వజ్రం దొరికితే, మీరు దానిని పారవేయరు.

....

160. ఒక (చెడ్డ) మనిషి బావిలో పడతాడు. మనం అతన్ని పైకి ఎత్తాలి, చనిపోనివ్వకూడదు. ఒక మనిషి ఎప్పుడూ చెడ్డవాడే అని మనం అనుకోకూడదు. అతన్ని సరిదిద్దడానికి ప్రయత్నించాలి.

....

161. ఏదైనా పొడి కంటిలో పడితే, మన దృష్టి కంటిపైనే ఉంటుంది. అదేవిధంగా, మన బాహ్య దృష్టి లోపలికి మళ్ళించబడితే, దానిని అంతర్ముఖం (అంతర్గత దృష్టి) అంటారు. అజ్ఞానం పొడి పెట్టె లాంటిది. ఒక పెట్టె యజమానికి దానిలో ఏమి ఉందో మాత్రమే తెలుసు. ఇతరులకు అది తెలియదు. నిజమైన సంపద జీవిత శక్తి. తెలివితేటలు పెట్టె. సంపద దానిలో నిల్వ చేయబడిన తర్వాత పెట్టె లాక్ చేయబడుతుంది. పెట్టెను లాక్ చేయడం అంటే మానస్‌కు తలలో సరైన స్థానాన్ని ఇవ్వడం. అందుకున్నది మనిషిలోని ఆత్మ. మీ ఆత్మను మీలోని దేవుని వైపు మళ్లించండి; అంతర్గతంగా మీ స్వంత రహస్యాన్ని గ్రహించండి. విశ్వం మీలో ఉంది మరియు మీరు విశ్వంలో ఉన్నారు. లోపలి మనిషి అందరిలో ఒకడే. "అక్కడ" ఉన్నవాడు మరియు "ఇక్కడ" ఉన్నవాడు ఒక్కడే మరియు ఒకటే.

....

162. సర్వోన్నత కాంతి సార్వత్రిక కాంతి. 0 మనసు! "ఇతరత్వం" అనే ఆలోచనను రద్దు చేయి. "సమానత్వం" అనే ఆలోచనను కలిగి ఉండండి.

....

163. మీరు జన్మించినప్పుడు, మీరు శ్వాసతో జన్మించారు. మీరు ఈ లోకాన్ని విడిచిపెట్టినప్పుడు, మీరు శ్వాసను మాత్రమే వదిలివేస్తారు. ఈ భూమి శరీరం, మీరు దానిని ఎప్పుడూ తయారు చేయలేదు మరియు దానిని మీతో తీసుకెళ్లలేరు. శివుడు మనకు ఇచ్చినది అన్ని జీవులలో, కదిలే మరియు నిశ్చలమైన రెండింటిలోనూ ఒకేలా ఉంటుంది. అన్ని విత్తనాలలో ఒకే శక్తి ఉంటుంది. విత్తనాలలో సూక్ష్మమైనది ఒకటి. వాటి ప్రవర్తనలో మాత్రమే తేడా ఉంటుంది. మనస్సు యొక్క మాయ శాశ్వతం కాదు కానీ అశాశ్వతం. చూడగలిగేది మరియు వినగలిగేది అన్నీ అశాశ్వతం.

....

164. మనం ఒక మనిషిని "పర్యాయ" అని పిలిచినప్పుడు, అది మానసిక భ్రమ తప్ప మరొకటి కాదు. ఒక వస్త్రం ముక్క "పర్యాయ" లేదా "బ్రాహ్మణ" నోటిలోకి సమానంగా వెళుతుంది. ఒక బ్రాహ్మణుడు ఒక పర్యాయ

తాకిన చునం కూడా ఉపయోగించడు. అతను ఒక పర్యాయతో ఒకే చాప మీద కూర్చోడు. ఒకరు ఇలా ప్రవర్తిస్తారు; మరొకరు దానిని చూస్తారు లేదా వింటారు మరియు అతను దానిని గుడ్డిగా అనుకరిస్తాడు.

....

165. మరొకరిని "పరియా" అని పిలిచేవారు వారే పరియాలు. అరటిపండ్ల గుత్తి ఉందనుకుందాం; ఒకే గుత్తిలోని అరటిపండ్ల నుండి, మనం వివిధ రకాల తినదగిన వాటిని తయారు చేస్తాము. అరటిపండు ఒక పండు. దానిని ముక్కలుగా కోసి వేయించినట్లయితే, దానిని ఇకపై అరటిపండు అని పిలవరు. దీనిని "వేయించిన ముక్కలు" అని పిలుస్తారు, అలాగే, (ఒకే గుత్తిలోని) అరటిపండ్ల నుండి వివిధ పేర్లతో కూడిన సన్నాహాలు తయారు చేస్తారు. ప్రారంభంలో, ఒకే గుత్తి ఉండేది; సన్నాహాలు అనేక రకాలుగా ఉంటాయి. అసలు రూపం ఒక్కటే. అలాగే, అన్ని జీవులలో, ఓంకార శబ్దం ఒక్కటే.

....

166. నాలుగు రైలు మార్గాలు కలిసే ఒక స్టేషన్ ఉంది. ఒక రైలు కలకత్తాకు, మరొక రైలు బొంబాయికి, మూడవ రైలు మద్రాస్‌కు; (మరియు నాల్గవది వేరే ప్రదేశానికి) వెళుతుంది. అవన్నీ ఒక స్టేషన్ నుండి ప్రారంభమై ఒకే స్టేషన్‌కు చేరుకుంటాయి. మాయ కూడా అంతే. మాయ మన నుండి పుట్టి మనలో అదృశ్యమవుతుంది. అది పాలలో వెన్న లాంటిది. వెన్న పాల నుండి ఉద్భవించి పాలలో కలిసిపోతుంది. ఒక గొప్ప ఋషి చెప్పిన మాటలు చాలా కాలం ఉంటాయి. వాటిని వినడానికి ఎవరూ లేకపోయినా, అవి చాలా కాలం జీవిస్తూనే ఉంటాయి.

....

167. అక్కడ ఒక ఖాళీ మైదానం ఉంది; అక్కడ ఒక ప్రయాణీకుల బంగళా నిర్మించబడింది. రెండు రోజులు గడిచేలోపు, అక్కడ ఒక సమావేశం జరిగింది. రాళ్లను సిమెంట్ చేయడానికి చునం ఉపయోగించబడింది. గోడలన్నీ తెల్లగా కడగాలి. తెల్లగా కడిగిన రోజే, ఒక సమావేశం జరిగింది. సమావేశానికి హాజరైన ప్రజల పాదాలు మరియు శరీరాలు చునంతో తడిసిపోకుండా ఉండేందుకు వారిని హెచ్చరించడానికి ఒక కూలీని నియమించారు. సమావేశం ముగిసింది మరియు ప్రజలందరూ చెల్లాచెదురుగా ఉన్నారు. కానీ కూలీ వెనుకే ఉండిపోయాడు. తరువాత, బంగళాలో చాలా సమావేశాలు జరిగాయి. కూలీకి చెప్పడానికి బంగళాలో ఎవరూ లేరు, ‘‘నీకు నెలకు కొంత జీతం ఉంది; ఇప్పుడు ఈ రోజు నీ జీతం పెంచుకుని వెళ్ళిపో. రేపటి నుండి, నీ సేవలు అవసరం లేదు.’’ అయినప్పటికీ కూలీ తన విధిని కొనసాగిస్తున్నాడు. లోక ప్రజల మధ్యలో ఒక జ్ఞాని కూడా అలాగే ఉన్నాడు. ఈ బంగళాలోని వ్యక్తుల మాదిరిగానే ప్రవర్తించే వారు ఈ ప్రపంచంలో చాలా మంది ఉన్నారు. వారు సూక్ష్మమైన వాటి గురించి తెలియదు. వారికి కర్మ అంటే ఏమిటో తెలియదు. అందుకే ప్రపంచాన్ని ఈ బంగళాతో పోల్చారు.

....

168. అదేవిధంగా, మీరు అన్ని విషయాలను అర్థం చేసుకోవాలి. ఒకరు నిశ్చలంగా ఉన్నారు. మరొకరు పనిచేస్తున్నారు. అందరూ ఒకరినొకరు అనుకరిస్తున్నారు. వారు న్యాయం మరియు అన్యాయం రెండింటినీ తెలియదు. న్యాయం తెలిసిన తర్వాత, వారు అన్యాయానికి దిగరు. నీతిమంతుడికి, అన్యాయం చేయడం చాలా కష్టం. అలాంటి వ్యక్తి నాలుక చీలిపోయినప్పటికీ, ఎప్పుడూ అబద్ధం చెప్పడు. అన్యాయస్థుడు ప్రతిదీ కోరుకుంటాడు. నీతిమంతుడు ఏమీ కోరుకోడు. అతను ఎవరికీ భయపడడు. మొత్తం ప్రపంచం అతనిలో ఉంది. అన్యాయస్థుల మనస్సులు ప్రపంచంలో ఉన్నాయి. న్యాయం అంటే ఏమిటి, అన్యాయం అంటే ఏమిటి అని తెలుసుకోవడం ప్రతి మానవుడి విధి.

....

169. నదులు మరియు వాగులు సముద్రంలోకి ప్రవేశిస్తాయి మరియు అక్కడ ఒకటి అవుతాయి. అదేవిధంగా, పరిమితమైన విషయాలు అనంతంలో ఒకటి అవుతాయి. ద్వంద్వత్వం ఏకత్వంలో తనను తాను కోల్పోతుంది. ఏకత్వం ఏకత్వం. ఏకత్వం యొక్క ఈ సాక్షాత్కారం అత్యంత ఉన్నతమైనది.

....

170. ఒక మనిషి "ఏకత్వాన్ని" గ్రహించిన తర్వాత, అతను ఇక పుట్టడు. "ఏకత్వం" అనే ఆలోచనలో స్థిరంగా స్థిరపడిన వారు చనిపోవాలని కోరుకున్నప్పుడు మాత్రమే మరణిస్తారు. అలాంటి పురుషులు పూర్తిగా కోరికలు లేనివారు. "ఏకత్వం" యొక్క సాక్షాత్కారం అత్యంత "సూక్ష్మమైనది". "ఏకదృష్టి" (విభేదించలేని దృష్టి) అంటే అందరిలోనూ ఆత్మను గ్రహించడం. ఈ సమానత్వం "అనేక"లో "ఒకటి"ని గ్రహించడంలో ఉంటుంది. దీనిని ఆత్మపరిశీలన అంటారు. తదుపరి ప్రపంచం మరియు ఈ ప్రపంచం ఒకటిగా గ్రహించబడినప్పుడు, ఒక మనిషి "ఒకే దృష్టి"ని పొందాడు. దీనిని జీవాత్మ మరియు పరమాత్మల ఐక్యత అని కూడా అంటారు.

....

171. మీరు మీ శరీరాన్ని కప్పుకుంటే, మీరు చలిని ఎక్కువగా అనుభవిస్తారు. తమ శరీరాలను అలంకరించుకునే వారు, గర్వాన్ని ఎక్కువగా అనుభవిస్తారు. మన నుండి "అహం"ను బహిష్కరించడం చాలా కష్టం. బయటి కంటే గోడ లోపలికి తెల్లబడటం అవసరం. బాహ్య శుభ్రపరచడం ఇతరులకు చూపించడానికి కానీ అంతర్గత శుభ్రత ఒకరి స్వంత ప్రయోజనం కోసం. జీవ అంటే మానసిక మార్పులు (వృత్తులు). పరమాత్మ అంటే మూడు గుణాలకు అతీతమైన గొప్ప నిశ్శబ్దం. అతనికి మంచి చెడులు, చల్లని మరియు వేడి తెలియదు. అతను గుణం లేనివాడు, నిరాకారుడు. అతను ఏమీ లేనివాడు.

....

172. అంతా ఆయనే, ప్రతిదానిలోనూ వ్యాపించి ఉన్నాడు. ఆయన "ఒకే", అన్ని జీవులలోనూ వ్యాపించి ఉన్నాడు; గుణం లేనివాడు; ఒకే ఒక ఓంకారం; శాశ్వత శాంతిని కలిగి ఉన్న రూపం కలిగినవాడు; తనపై విశ్వాసం ఉన్న వారిని ఆశీర్వదించేవాడు. అదే జీవుడు తన భక్తులను ఎగతాళి చేసేవారిని శిక్షిస్తాడు. తన భక్తుల

మరణాన్ని సులభతరం చేస్తాడు. 0 శివ! నన్ను నరకం వైపు నడిపించకు, నీ వైపు నడిపించు. ఇచ్చేవాడు శివుడు.

....

173. చనిపోయిన వస్తువు చలనం లేనిది; అది శబ్దం లేనిది. జీవికి శబ్దం అనే మాయ ఉంటుంది; దానికి "స్పృహ" ఉంటుంది. స్పృహ ఉన్న జీవులకు ముద్రలు మరియు కదలికలు ఉంటాయి. శబ్దం అనే మాయ ఉన్న జీవులకు శబ్దం అనే మాయ ఉంటుంది. వాటిలో బ్రహ్మ కాంతి ఉంటుంది. జీవుల చైతన్యమే వెలుగు. న్యాయం మరియు అన్యాయం మధ్య తేడాను మానవులకు తెలుసు. దిగువ స్థాయి జంతువులకు అలాంటి తేడా లేదు. మానవుడు అన్ని సృష్టికి అధిపతిగా నిలుస్తాడు. ఈ ప్రపంచంలో మనిషికి అసాధ్యం ఏమీ లేదు. మానవుడు విశ్వంలో ఉన్నాడు మరియు విశ్వం మనిషిలో ఉంది. మానవుడు జంతువులలో గొప్పవాడు. మానవునిలోని మనస్సు చంచలమైనది. మానవునిలో, ఈ లోకం మరియు పరలోకం రెండూ కలిసిపోతాయి. శివలోకం మూడవ (ద్రైవిక) నేత్రం. శివ నాడి సుషుమ్న నాడి, దీనిని బ్రహ్మ నాడి అని కూడా పిలుస్తారు. శివ-లోక ప్రభువు శివశక్తి (శివుని శక్తి) తప్ప మరొకటి కాదు. మాయ అనేది శివుడిలోనే ఉంది. శివుడు మాయలో లేడు. సృష్టి మరియు విధ్వంసం రెండూ ఆయన వల్ల కలిగే మాయ. మహాత్మునిలో, ప్రతిదీ గుప్త-ప్రభావంగా మారుతుంది, ఆత్మ, మానస్, బ్రహ్మ, మేల్కొనే స్పృహ, తారక, నిద్ర, తీవ్ర అజ్ఞానం మరియు బాహ్య ప్రపంచం మొత్తం.

....

174. సత్యాన్ని పరిశీలించడానికి, సూక్ష్మ వివక్ష అవసరం. ఈ సూక్ష్మ వివక్షత ఉపాధి. సూక్ష్మమైనది స్థూలంలో దాగి ఉంటుంది. ఉపాధి స్థానం హృదయ స్థలం. కుండలిని తలలోని హృదయ స్థలంలోకి ఎత్తబడినప్పుడు, శ్వాస ఏకమవుతుంది. ఈ అత్యున్నత స్థితిలో, ఒక వ్యక్తి తన ఆత్మలో విశ్వాన్ని చూస్తాడు. అప్పుడు అతను తనలో ప్రతిదీ చూస్తాడు. అన్ని బహుళ మార్పులు తనలో కనిపిస్తాయి. ద్వంద్వ భావన నరకం; సంపూర్ణ ఏకత్వం యొక్క భావన ముక్తి. సంపూర్ణ భక్తి (ప్రేమ) ముక్తి.

పరిపూర్ణ శాంతి, ఎప్పుడూ కలవరపడని శాంతి, మానవుని లక్ష్యం. ఇది యోగానంద; పరమానందం. సముద్రం అన్ని నదుల కంటే పెద్దది. సముద్రం దాదాపు అపరిమితమైనది. మీరు సముద్రపు నీటిని కొలవలేరు. సంసారాన్ని వదిలి భక్తిని ఆచరించడం సాధ్యం కాదు. సంసారంలో ఉండటం ద్వారా, మనం "ఈ విషయం"గా ఉండటం ద్వారా మరియు "ఆ విషయం" చేయడం ద్వారా ముక్తిని పొందాలి. కోరిక అంటే సంసారం. కోరికలు లేకపోవడం అంటే ముక్తి. అప్పుడు, ఒకరు శాశ్వత ఆనందాన్ని, శాశ్వత జ్ఞాన ఆనందాన్ని అనుభవిస్తారు. అత్యున్నత ఆనందం అయిన శాశ్వత శాంతి మనిషి లక్ష్యం. మనస్సు శాశ్వత ఆనందంలో ఈత కొడుతున్నప్పుడు, దానిని ముక్తి అంటారు. భక్తి అంటే శాశ్వత ఆనంద స్థితి.

....

175. దేవుడు ఆనందంలో ఉన్నాడు. దేవునిలో ఆనందం ఉంది. అది జ్ఞానం యొక్క తేనె. ఆ తేనెలో ఆనందం ఉంది. మనం ఆ తేనెను సమీపించినప్పుడు, మనం ఆనందాన్ని అనుభవిస్తాము.

....

176. మానవుని లక్ష్యం ఉపనయనం, అంటే అమరత్వానికి "దారి తీయడం". హృదయ గుహలో నివసించడం మానవుని లక్ష్యం. గుహలో నివసించడం అంటే "శరీరం లోపల నివసించడం".

....

177. జీవాత్మలో ఉన్న పరమాత్మను నిరంతరం ధ్యానించండి. స్థలం మీలో ఉంది; అది శిరస్సులో ఉంది. శిరస్సులో ఉన్న హృదయ స్థలాన్ని ధ్యానించండి.

....

178. పుట్టుకతో చెవిటివారికి శబ్దం గురించి కనీస అవగాహన కూడా ఉండదు. వారికి కోరికలు ఉండవు. వారికి సూక్ష్మ వివక్ష ఉంటుంది. ఎల్లప్పుడూ యోగ నిద్రలో ఉండేవారికి పగలు, రాత్రి, సూర్యుడు, చంద్రుడు అనే తేడా ఉండదు. సూక్ష్మ వివక్షకు, అన్నీ ఒక్కటే. మనస్సును నాశనం చేసిన వారు మనుషులు. దిగువ స్థాయి జంతువులు అభివృద్ధిలో తక్కువ దశలో ఉన్నందున వాటిని అలా పిలుస్తారు. ఇంద్రియ జీవితం పశు జీవితం. పైకి ఊపిరి అనేది మనిషి లక్ష్యం. అదే గాయత్రి, సాధించబడింది; అదే యోగ-ఆనందం.

....

179. మానసాన్ని నాశనం చేసినవాడు విశ్వ గురువు. కోరిక, పేరు, కొమ్మలను నాశనం చేసినవాడు అందరికీ గురువు.

....

180. కోరికలను బూడిద చేసిన నిజమైన సన్యాసి ఆయనే. ఆయనే విశ్వ గురువు. కోరికలను త్యజించిన వారిలో విశ్వం ఉంది. మత్ అంటే ఆకాశమే (అంతరిక్షం) అంటే సన్యాసం. అదే వెలుగు; అదే చైతన్యం. అదే దైవిక కాంతి. అదే అగ్ని, అంతర్గత మరియు బాహ్య. అదే వివక్షత యొక్క అగ్ని. ఈ వివక్షత యొక్క శక్తి విశ్వంలో ఉంది.

....

181. అగ్ని అనేది అంతర్గత విషయం. అగ్ని అన్నింటికంటే అత్యున్నతమైనది. సృష్టి అంతటికీ మూలం అగ్ని. ముందుగా, మనం మనల్ని మనం గ్రహించుకోవాలి మరియు తరువాత దానిని ఇతరులకు అందించాలి. ఇది మనిషి యొక్క అత్యున్నత విధి. మీరు బాధను అనుభవించినప్పుడు, ఇతరులకు మీలాగే బాధ ఉందని మీరు గ్రహించాలి. మీరు ఆకలిగా ఉన్నప్పుడు, ఇతరులకు కూడా మీలాగే ఆకలి ఉందని మీరు గ్రహించాలి. మన లక్ష్యం ఏమిటో ఇతరుల లక్ష్యం కూడా అని మనం భావించాలి. ఒక వైద్యుడు కొత్త ఔషధాన్ని అభివృద్ధి చేసినప్పుడు మరియు అతను చనిపోయే వరకు దానిని ఇతరులకు వెల్లడించనప్పుడు, ఆ ఔషధం అతనితో పాటు ప్రపంచానికి పోతుంది. దేవుడిని గ్రహించే మార్గాలు మరియు మార్గాలు తెలియనివాడు మనిషి కాదు.

అత్యంత అత్యున్నత జ్ఞానం దేవుని జ్ఞానం. ఈ జ్ఞానాన్ని ఇతరులు అర్థం చేసుకునేలా వారికి అందించాలి. ఆకలితో ఉన్న వారికి ఆహారం ఇవ్వాలి. అతనికి విచక్షణా శక్తి ఉంటే తప్ప ఎవరూ దేవుని గురించి మిమ్మల్ని అడగరు.

....

182. మొదటి అవసరం విశ్వాసం. రెండవది భక్తి (భక్తి). విశ్వాసం లేనివారికి భక్తి ఉండదు. న్యాయమూర్తి ప్రతివాదులు చెప్పేది వింటాడు. విశ్వాసం కూడా అలాంటిదే. బుద్ధి (అవగాహన) తీవ్రమైన విచక్షణా శక్తిని పొందినప్పుడు, మనం వివేకానందుడిని అనుభవిస్తాము.

వివేకానందుడు పరమానందుడు; సచ్చిదానందుడు. ఉనికి (సత్) మరియు జ్ఞానం (చిత్) ఒకటి అయినప్పుడు, ఆనంద ఫలితమవుతుంది. ఇది బ్రహ్మానందం; శివానందం.

....

183. శివుడు నీలోనే ఉన్నాడు; నువ్వు శివుడిలోనే ఉన్నావు. మాయ నీలోనే ఉంది. సృష్టి, విధ్వంసం రెండూ మాయలోనే ఉన్నాయి. గుణాల (త్రిగుణాల) బంధం నుండి విముక్తి పొందిన వారు మాయ నుండి విముక్తి పొందుతారు. తాను శరీరమే అనే భ్రమ నుండి విముక్తి పొందినవాడు, అవతారమైన ఆనందమే తప్ప మరేమీ కాదు. "గౌరవం" మరియు "అగౌరవం" అనే ఆలోచన నుండి విముక్తి పొందినది అంతర్గతమైనది.

184. ఈ ప్రపంచంలో, గౌరవం మరియు అగౌరవం పట్ల ఉదాసీనంగా ఉన్న వారు, లక్ష్యాన్ని సాధించారు. అటువంటి వ్యక్తులు మాత్రమే, శాంతిని పొందారు.

....

185. అనంతంలో (విభజింపలేనిది) పరిమితమైనది (విభజింపదగినది) లేదు. గురువు లేని వారు లక్ష్యాన్ని చేరుకోలేరు.

....

186. భౌతిక కన్నును పరిగణించండి. ఒక అంధుడి చేతిలో దీపం ఉండవచ్చు కానీ ఆ వెలుగు అతనికి ఉపయోగపడదు. కడుపు నిండా తిన్న వారికి ఇక ఆహారం అవసరం లేదు. వంట అయిపోయిందని అనుకుందాం; మీరు ఆహారాన్ని వాసన చూడటం ద్వారా మాత్రమే సంతృప్తి చెందరు. మీరు వండిన ఆహారాన్ని తింటేనే మీ ఆకలి తీరుతుంది. మీరు మీ చేతిలో బంగారు ముక్క పట్టుకుంటే, అది పనికిరాదు. దానిని అగ్నిలో కరిగించాలి; దాని మలం తొలగించబడాలి; అప్పుడే అది ప్రకాశవంతంగా ప్రకాశిస్తుంది. అదేవిధంగా, ఆత్మ యొక్క మలం కోరిక మరియు కోపం; వీటిని నాశనం చేయాలి.

....

187. పక్షికి గూడు ఎలా ఉంటుందో, ఆత్మకు శరీరం అలాగే ఉంటుంది. శరీరం ఆత్మకు ఇల్లు. "ఆ ఇల్లు" మరియు "ఈ ఇల్లు" ఏమిటి అనేది సూక్ష్మ వివక్ష. స్థూల శరీరం భిక్షాటన ఇల్లు. బ్రహ్మానందం గురించి ఏమి చెప్పాలి! ఎవరూ దానిని వర్ణించలేరు. నిజంగా, నిజంగా, శాశ్వత ఆత్మ అందరిలో ఒక్కడే అని గ్రహించండి. హరి జ్ఞాని

కాదు; శివుడు జ్ఞాని. హరి అంటే ఏమిటి తిరుగుతున్నాడు. "హరి! హరి! నాకు ఇది కావాలి"; "నాకు అది కావాలి" "నాకు ఇవ్వండి, నాకు ఇవ్వండి" అని మీరు అంటున్నారు. దీని వల్ల ఉపయోగం లేదు. అలాంటి వ్యక్తి ఎప్పుడూ సంతోషంగా ఉండడు. హరి హరలో విలీనం అవ్వనివ్వండి. హరిని హరలో దహనం చేయండి. "హరి, హరి" అని చెప్పడం మానసిక మాయ తప్ప మరొకటి కాదు. ఈ మాయను మీ మనస్సులో దాచుకుని మీరు హరను స్తుతిస్తారు! మీకు శాశ్వత ఆనందాన్ని ఇచ్చినవాడు శివుడు. శివుడు శాశ్వత ముక్తి (విముక్తి) మరియు శాశ్వత భక్తిని ఇచ్చేవాడు. హరి అంటే మనస్సును ప్రపంచంలో ఉంచడం. శివుడు మొత్తం విశ్వాన్ని ఒకరి ఆత్మలో ఉంచడం. "హరి, హరి" అని చెప్పడం దిగజారిపోతోంది. కానీ శివుడు ఆనంద మార్గానికి మార్గదర్శి. ప్రాణం పైకి వెళ్ళడం ద్వారా ముక్తి లభిస్తుంది. హరి పగ్గాలు లేని గుర్రం లాంటివాడు.

....

188. రెండు వేల మంది జనసమూహం మధ్యలో సురక్షితంగా గుర్రాన్ని స్వారీ చేయాలంటే, రౌతు సమర్థవంతంగా ఉండాలి. బుధి (బుద్ధి) పైన ఉంది; మానస (మనస్సు) క్రింద ఉంది. బుధి రాజు; మానస ప్రధానమంత్రి, మనస్సు బుధికి అధీనంలో ఉండాలి, మొదటిది ధ్వని; రెండవది ధ్వని మోసే ముద్ర. ప్రాథమిక గురువు మనస్; ద్వితీయ గురువు మిమ్మల్ని ప్రారంభించేవాడు. ద్వితీయ గురువు గురువు. ప్రాథమిక గురువు సాధన చేసేది. సాక్షాత్కారం ప్రాథమిక గురువు. మీకు ద్వితీయ గురువు ఉండాలనే కోరిక ఉంటే తప్ప మీకు ద్వితీయ గురువు ఉండకూడదు. మీకు ఏదైనా వస్తువును కలిగి ఉండాలనే కోరిక ఉన్నప్పుడు మీకు ద్వితీయ గురువు అవసరం. ద్వితీయ గురువు అంటే మీకు బావిని చూపించేవాడు. ప్రాథమిక గురువు అంటే బావి నుండి నీరు త్రాగేవాడు.

ప్రధాన గురువు మీలోని చీకటిని తొలగించి, మీకు వెలుగును ఇస్తాడు. చీకటి అంటే అజ్ఞానం; వెలుగు అంటే జ్ఞానం. స్థూలత్వాన్ని పక్కనపెట్టి, సూక్ష్మమైనదానికి మార్గాన్ని చూపించేవాడే గురువు. అన్నింటిలోనూ ఉన్న ఏకైక గురువు విశ్వానికి ప్రభువు. ఒకరు మరొకరికి గురువు కాదు. ఒకరు ద్వితీయ గురువు మాత్రమే. గురువు విశ్వానికి ప్రభువు.

ఆయన ఓంకారుడు, బ్రహ్మ, విష్ణువు, మహేశ్వరుడు, పరబ్రహ్మకు మూలం. విష్ణువు మానసిక మార్పులు (వృత్తులు). శివుడు అంటే శరీర అలంకరణ. బ్రహ్మేశ్వరుడు శరీర ఆలోచనను పక్కనపెట్టడం, ఎండిన కొబ్బరికాయ బయటి పొర నుండి వేరు చేయబడినట్లుగా.

....

189. రూపం ఉన్న ప్రతిదీ ఓంకారమే. ఓంకారమే వాటిలోని దైవత్వం. ఓంకారమంటే సూక్ష్మమైన "బిందువు". ఓంకారం గాలి రూపంలో లోపల మరియు వెలుపల వ్యాపించి ఉంటుంది. శివ-శక్తి (శివుని శక్తి)ని వర్ణించడం అసాధ్యం. దానిని అనుభవించిన వారు మాత్రమే అది ఏమిటో వర్ణించగలరు. అనుభవం లేకుండా, శివ-శక్తి

అంటే ఏమిటో వర్ణించడం అసాధ్యం. పుస్తక జ్ఞానం ఉన్నవారు దానిని వర్ణించలేరు. కానీ ఆత్మ జ్ఞానం ఉన్నవారు దానిని వర్ణించగలరు.

....

190. హృదయ ఆకాశంలో ఉదయాన్ని చూస్తే, దానిని వర్ణించడం సాధ్యమే. ఈ విషయాలను ఒకరి ఆత్మలోనే అనుభవించాలి. జ్ఞానము అని పిలువబడేది బుధి (బుద్ధి) లో ఉంది. బుధి మరియు జ్ఞానము ఎవరిలో ఒకటిగా మారాయో వారు, ఇది ఏమిటో వివరించగలరు. తెలివి మరియు జ్ఞానము వేరుగా ఉన్నవారు, అది ఏమిటో వర్ణించలేరు. "సూక్ష్మ వివక్ష" అని పిలువబడేది బుధి మరియు జ్ఞానాల కలయిక. సూర్యుని ప్రతిబింబం, నీటిలో అలలు. అలాగే, మనస్సు కూడా. మనస్సు చంచలమైతే, అది మాయతో ఆకర్షితులవుతుంది.
ఈ పిచ్చి (భ్రమ) "స్థూల" వల్ల వస్తుంది. "సూక్ష్మ వివక్ష" వల్ల కలిగే పిచ్చి ఉంది; ఇది దైవిక పిచ్చి. స్థూల పిచ్చి అంటే స్థూల వివక్ష. మనం ఏది తిన్నా, కడుపుకు ఆహారం వెళ్ళే మార్గం ఒకటే.
ఉత్తరాలు, పూస్ట్ కార్డులు మరియు వివిధ వార్తాపత్రికలలోని విషయాలు ఏదైనా కావచ్చు, అవి పోస్ట్ చేయబడిన పెట్టె ఒకటే. నాలుక ఘాటైన వాటికి, పుల్లని వాటికి మధ్య తేడాను చూపుతుంది. మనసుకు, అలాంటి తేడా లేదు. మనం పక్షిని దాని కాళ్ళను బంధించి, మాట్లాడటం నేర్పినట్లే, మానస్ పంజరంలో బంధించబడినప్పుడు తెలివితేటలు కూడా ఆత్మతో ఏకమవుతాయి.

....

191. ముక్తికి అధిపతి శివుడు. శిరస్సులో శివుడు లింగం. ఈ లింగం ఓంకారం తప్ప మరొకటి కాదు. జ్ఞానోదయం అత్యంత ముఖ్యమైన విషయం. నాడులు లేకుండా, శబ్దం ఉండదు. భక్తిని దీపంలోని నూనెతో పోల్చవచ్చు. నాడులు వత్తికి ఎరుపు రంగులో ఉండవచ్చు. సూక్ష్మ వివక్షత జ్వాల లేదా కాంతి. నాడులు లాంతరు యొక్క గాజు. లాంతరు యొక్క వివిధ గాలి రంధ్రాలు బ్రహ్మ-రంధ్రాలు. వివక్షత యొక్క రూపం తెలివితేటలు.

....

192. ముక్కు, నోరు గట్టిగా పట్టుకుంటే మాట్లాడలేరు. అదేవిధంగా, శ్వాస తీసుకోని వస్తువు శబ్దం చేయదు. వేసవిలో బావిలో నీరు తగ్గుతున్నట్లే, శరీరంలో శ్వాస శక్తి కూడా తగ్గుతూ ఉంటుంది. నీరు కదులుతున్నప్పుడు, గాలి దానితో పాటు కదులుతుంది. మీరు ఆహారం లేకుండా లేదా కాఫీ తాగకుండా ఐదు రోజులు జీవించవచ్చు. కానీ మీరు శ్వాస తీసుకోకుండా ఐదు నిమిషాలు కూడా జీవించలేరు.

....

193. అన్ని శక్తులలో అత్యున్నతమైనది మాయ శక్తి. మృతదేహం మరియు రాయి కూడా మాట్లాడలేవు. అదేవిధంగా, గాలి పనిచేయకపోతే, అగ్ని మండదు; అంటే, శ్వాస సక్రమంగా లేకపోతే, జీర్ణక్రియ అనే అగ్ని దెబ్బతింటుంది. జీర్ణ అగ్ని సరిగ్గా పనిచేయనప్పుడు, ఊపిరితిత్తులలోని కఫం గట్టిపడుతుంది. శరీరంలో కొవ్వు

పెరుగుతుంది. తిన్న ఆహారం జీర్ణం కాకుండా కడుపులోనే ఉంటుంది. పంపులో ఏదైనా అవరోధం ఉంటే, నీరు సరిగ్గా బయటకు రాదు. అదేవిధంగా, శ్వాస తీసుకోవడం కష్టమైతే, జ్వరం, శ్లేష్మం గట్టిపడటం వంటివి సంభవిస్తాయి. దీని వల్ల, అన్ని వ్యాధులు వస్తాయి.

....

194. ప్రతిదీ లోపలి నుండే వస్తుంది; బయటి నుండి కాదు. ఒకరు స్వయంగా చెడ్డవారు అవుతారు; ఒకరు స్వయంగా మంచివారు అవుతారు. అదేవిధంగా, లోపల ఓంకారం ఊపిరి పీల్చుకోవాలి. అప్పుడు, స్వచ్ఛత ఉంటుంది. 'చెడు మంచిలో కలిసిపోయినప్పుడు, ఆ చెడు మంచిగా మారుతుంది; మీ చేతిలో ఉన్న వస్తువు వాసన ఉండదు; దానికి ధర ఉండదు. ఇతరుల నుండి పొందిన వస్తువుకు వాసన ఉంటుంది; దానికి ధర ఉంటుంది. రాజయోగి మహాత్ముడు నిత్యానంద, సర్వవ్యాప్త ఓంకార్, సర్వవ్యాప్త ప్రణవుడు. శ్రీ గురువు నిత్యానంద. ప్రారంభంలో, పరిపూర్ణ శాంతిని పొందే ముందు, మనలో మాయ (భ్రమ) శక్తి గొప్పగా వ్యక్తమవుతుంది. మీరు మీ కళ్ళు ఎక్కడ తిప్పినా, మీరు సర్పాలను చూస్తారు. ప్రారంభంలో, మీరు సాధన కోసం కూర్చున్నప్పుడు, ఒక పర్వతం యొక్క భారాన్ని అనుభవిస్తారు. కొన్నిసార్లు, మీరు నేల నుండి బయలుదేరినట్లు మీకు అనిపిస్తుంది; మీరు సముద్రంలో కూర్చున్నట్లు మీకు అనిపిస్తుంది; మీపై వేడి నీరు పోసినట్లు మీకు అనిపిస్తుంది. మరొక సమయంలో, మీరు ఒక గొప్ప పై కథలో కూర్చున్నట్లు మీకు అనిపిస్తుంది.

కొన్నిసార్లు మీరు సూదిలాగా భావిస్తారు. మరొక సమయంలో, మీరు ఆకులాగా భావిస్తారు. కొన్నిసార్లు మీరు నడుస్తున్నారా, కూర్చున్నారా లేదా మాట్లాడుతున్నారా అని మీకు అనిపించదు. మరొక సమయంలో అన్ని భావాలు నిలిచిపోతాయి. కొన్నిసార్లు, శరీరం కొబ్బరి చెట్టులాగా పూర్తిగా కదలకుండా ఉంటుంది. మరొక సమయంలో, మానవులు నాటక ప్రదర్శనలో నటుల వలె కనిపిస్తారు. ఒక సమయంలో మీరు నల్లటి ముఖాలను చూస్తారు. పరిపూర్ణ శాంతిలో, ఒక విడదీయరాని తెల్లదనం కనిపిస్తుంది. వెలుగు చీకటిలో ఉంటుంది; చీకటి వెలుగులో ఉంటుంది. మొత్తం విశ్వం చీకటిలో ఉంటుంది. విశ్వంలో, కాంతి ఉంది. ఒక సమయంలో, ఇదంతా బయోస్కోపిక్ ప్రదర్శనలా కనిపిస్తుంది; మరొక సమయంలో, సత్ చిత్ ఆనంద లాగా. ఒక సమయంలో, ప్రశ్నలు తలెత్తుతాయి: "మనుష్యులు ఈ ప్రపంచంలోకి ఎందుకు వచ్చారు? "వారు ఎక్కడికి వెళ్తున్నారు?" వారి ప్రధాన విధి ఏమిటో వారికి తెలియదు. క్రిందికి రావడం శాశ్వతం కాదు. పైకి పైకి వెళ్లడం శాశ్వతం. పై అంతస్తుకు అంచెలంచెలుగా వెళ్లి చుట్టూ చూసే వారికి, వినిపించేది, కనిపించేది, చేయబడినది అన్నీ ఒక వల లాంటివి, దానిని కత్తిరించలేము. చొచ్చుకుపోయే ప్రతి ఓంకారమే చొచ్చుకుపోయే ప్రణవం. పక్షులు విమానాల లాంటివి. మనుషులు జంతువుల లాంటివి. జంతువులు మనుషుల లాంటివి. కుక్కలు జ్ఞానుల లాంటివి. మీరు కుక్కకు ఆహారం పెడితే, అది చనిపోయే వరకు మిమ్మల్ని ఎప్పటికీ

మరచిపోదు. దానిని ఒకసారి మాత్రమే తినిపించిన యజమాని పట్ల దానికి నిరంతర ప్రేమ ఉంటుంది. మనుషులకు సూక్ష్మ వివక్ష ఉండదు. వారు ఎక్కడి నుండి వచ్చారో, ఎక్కడికి బంధించబడ్డారో వారు ఆలోచించరు. పరిపూర్ణ పరిణతి చెందిన అవగాహన ఉన్న వ్యక్తి కుక్కలా ఉండాలి.

....

195. మీరు ఒక రాజును చూడటానికి వెళితే, అతని లోపాలు ఏమిటో అతనికి ముఖం మీద చెప్పే ధైర్యం మీకు లేదు. కానీ అతని వెనుక, మీరు అతన్ని విమర్శిస్తారు. అలాగే, (ప్రపంచంలోని) ప్రజలు జ్ఞానిని అతని ముఖం మీద విమర్శించేంత ధైర్యం చేయరు. మీరు సూర్యుని ప్రకాశాన్ని చూసి ఇంట్లోకి వస్తే, మీకు కొంతకాలం ఏమీ కనిపించదు. అదేవిధంగా, మీరు చీకటి ప్రదేశం నుండి కాంతి ప్రదేశంలోకి వస్తే, మీరు ఎక్కడి నుండి వచ్చారో మీకు తెలియదు.

....

196. ఒక వ్యక్తి భయంతో నిద్ర నుండి మేల్కొని లేచి కూర్చున్నాడనుకుందాం, అప్పుడు అతను గందరగోళంలో పడి దేని గురించి స్పష్టమైన జ్ఞానం లేకుండా ఉంటాడు, అలాగే, ఎల్లప్పుడూ "యోగ నిద్ర" (యోగ నిద్ర) లో ఉండే జ్ఞానులకు బాహ్య ప్రపంచం గురించి ఏమీ తెలియదు. గొడుగు ఉంటే, మీ తల వర్షపు నీటితో తడిసిపోదు. ప్రతిరోజు భోజనం చేసేవారికి ఆకలిగా ఉంటుంది. పూర్తిగా చల్లటి నీటిలో మునిగిపోయిన వారికి చలిగా అనిపించదు. పరిపూర్ణ పురుషుడు ఎప్పుడూ కోపానికి గురికాడు. వేయించిన విత్తనం మొలకెత్తదు. బంగారం లాగా, బాగా మండిన మీ మనస్సు ఎల్లప్పుడూ స్వచ్ఛంగా ఉండాలి.

....

197. ఉన్నత తరగతి నాగుపాముకు అంతర్గత ప్రాణాయామం ఉంటుంది. నాగుపాము "నాగస్వర" అనే సంగీత వాయిద్యం నుండి వచ్చే మధురమైన సంగీతాన్ని చాలా శ్రద్ధగా వింటుంది. ఒక జ్ఞాని ఆవు తన దూడను ప్రేమించినట్లే అందరినీ ప్రేమిస్తాడు. దీనినే "ఒకే దృష్టి" అని పిలుస్తారు. తలుపులు లేని ఇల్లు లేదు; పాత్రలు లేకుండా వంట లేదు. మట్టి పాత్రలలో లేదా బంగారు పాత్రలలో వండిన ఆహారాన్ని కుక్క తింటుంది. పక్షులు నేటి అవసరాల గురించి ఆలోచిస్తాయి; రేపటి అవసరాల గురించి ఎప్పుడూ ఆలోచించవు. మూసి ఉన్న పెట్టెలో ఉంచిన విత్తనం ఎప్పుడూ మొలకెత్తదు. అలాంటి విత్తనం ఎప్పుడూ ఫలాలను ఇవ్వదు. దానిని భూమిలో విత్తితే (మరియు నీరు పోస్తే), అది మొలకెత్తుతుంది మరియు ఫలాలను ఇస్తుంది. కాబట్టి, మనం సాధన చేయాలి మరియు అనుభవాన్ని పొందాలి. ఆనందానికి లేదా దుఃఖానికి మీరే బాధ్యత వహించాలి.

....

198. కుల, మత భేదం లేకుండా ఎవరైనా దీపాన్ని పట్టుకోవచ్చు. అలాగే, సూర్యుడు అందరికీ ఒకే కాంతిని ఇస్తాడు. సూర్యుడు అందరికీ ఒకేలా కనిపిస్తాడు. అగ్ని అందరికీ ఒకేలా కనిపిస్తుంది. అత్యున్నత బుద్ధి (తెలివి) మరియు జ్ఞానము (జ్ఞానం) అనేవి తమలో అంతర్గత నేత్ర శక్తిని అభివృద్ధి చేసుకున్న వారికి ఒకటి.

....

199. సూక్ష్మ వివక్షత లేనివారు "పురుషులు" అనే పేరుకు అర్హులు కారు. మనిషి జంతువు కాదు. స్థూలం అంటే శరీర భావన. సూక్ష్మం అంటే ఆత్మ యొక్క ఆలోచన. జీవాత్మ అంటే స్థూలం. పరమాత్మ అంటే సూక్ష్మం. స్థూలం లేకుండా, సూక్ష్మాన్ని గ్రహించలేము. పునాది లేకుండా, ఇల్లు నిర్మించలేము. ఆలోచనా శక్తి (వివక్షత శక్తి) ని శివశక్తి అంటారు. జీవాత్మ మరియు పరమాత్మల కలయికను "శివశక్తి" అంటారు. ఈ శక్తి తీవ్రతరం అయినప్పుడు, మనిషి "అతీంద్రియ శక్తి" అవుతాడు. ఒక సూపర్ మ్యాన్ సంతోషకరమైన మనిషి; అతను బ్రాహ్మణుడు, బ్రహ్మను తెలుసుకున్న వాడు. వేదాంత ప్రవర్తన లేదా ప్రవర్తన "నిజమైన పాత్ర నిర్మాణం".

……….

200. కోరికలు లేనివాడే "ఆచార్యుడు" (గురువు). కోరికలు లేనివాడు సన్యాసి. ఈ లోకంలో కోరికలను త్యజించిన అవధూతుడు. అవధూతుడు మొదటి తరగతికి చెందినవాడు; అతను మానవులలో అత్యున్నతుడు. అవధూత కంటే ఉన్నతమైన స్థితి లేదు. అవధూతుడు అన్నింటికంటే ఉన్నతమైనవాడు. ఈ లోకం మరియు తదుపరి ప్రపంచం ఎవరికి ఒకటిగా మారాయో అతనే అవధూతుడు. చైతన్య ఆకాశం; నిజమైన ఆకాశం; బంధం నుండి విముక్తి; స్వపరిపాలన ఆనందం; బ్రహ్మ ఆనందం; నిజమైన ఆనందం; యోగ ఆనందం; మానవ జన్మ నెరవేర్పు; ముక్తి ప్రభువు; చక్రవర్తులకు బోధించే శక్తి; ఇవి అవధూత యొక్క "స్వాములు".

……….

201. భగవంతుని ధ్యానం చేసేవాడు మరియు కోరికలు లేనివాడు ప్రపంచ రక్షకుడు. భగవంతుని ధ్యానం చేసేవాడు "ముని" (ఋషి). ఆయనే శివుడు మరియు శివుడు అతనే. కనిపించేదంతా శివుడు.

……….

202. సత్యాన్ని గ్రహించనివాడు బిచ్చగాడు. మాయను నాశనం చేయనివాడు, అధోగతి (ప్రాపంచిక) మార్గాన్ని విడిచిపెట్టనివాడు బిచ్చగాడు.

……….

203. గౌరవం మరియు అగౌరవం పట్ల ఉదాసీనంగా ఉన్న వారు, బ్రహ్మానందం లాంటి నిజమైన ఆనందాన్ని అనుభవిస్తారు, అంటే, భగవంతునితో ఏకత్వం. మనం ఐదు నిమిషాలు మన మేధో శక్తులను కేంద్రీకరించినట్లయితే, మనం ఆ ఆనందాన్ని అనుభవిస్తాము. ఆదిమ కారణాన్ని గ్రహించని వారు జీవిత లక్ష్యాన్ని గ్రహించలేదు. మండుతున్న దీపం జ్వాలలో పడే ఈగల్లా, సత్యాన్ని గ్రహించని వారు "భ్రాంతి వలయంలో" చిక్కుకుంటారు. ఈగలు పదే పదే దీపాన్ని చూస్తాయి. అవి పదే పదే దీపం చుట్టూ తిరుగుతాయి మరియు చివరికి అందులో పడి చనిపోతాయి.

……….

204. ప్రాణాయామం (శ్వాస నియంత్రణ) చేయని వారికి యోగం ఉండదు. తాడు లేకుండా బావి నుండి నీరు తీయడం అసాధ్యం. బంధం నుండి విముక్తి లేని వారికి శాంతి ఉండదు. నీరు త్రాగకుండా ఎవరూ జీవించలేరు. మనస్సును నాశనం చేసుకున్న వారికి కోరికలు తక్కువగా ఉంటాయి. ఆరవ నెల వరకు పిల్లలు

రాజయోగులు. మెదడు అభివృద్ధి చెందిన తర్వాత, అదే శిశువు హఠయోగి. అటువంటి శిశువులలో మనస్సు చాలా చంచలమైనది. వారిలో విచక్షణా శక్తి తక్కువగా ఉన్నందున, పిల్లలు చక్కెర ముద్ద మరియు భూమి ముద్ద మధ్య తేడాను గుర్తించలేరు. అందువల్ల, అటువంటి పిల్లలు భూమి మరియు చక్కెరను ఒకేలా భావిస్తారు. పండు ఎల్లప్పుడూ చెట్టు పైభాగంలో ఉంటుంది. అదేవిధంగా, మనిషిలోని పండు పైకి ఉంటుంది. మీరు భూమిలో కొబ్బరిని నాటితే, కొబ్బరి చెట్టు పైభాగంలో కొబ్బరికాయలు చివరికి కనిపిస్తాయి. ప్రతి చెట్టుకు, పండు పైభాగంలో ఉంటుంది.

....

205. గొడుగు మనిషిని పట్టుకోదు; అన్నీ మనసు పట్టుకుంటుంది. మానసిక మనోభావాలు నశించినప్పుడు, అన్ని తేడాలు మాయమవుతాయి. అలాంటి వ్యక్తికి కోరిక ఉండదు. అతను సన్యాసి. అతను యోగి. మానస్ ఉన్న వ్యక్తి ప్రతిదీ కోరుకుంటాడు. మానస్ లేని వ్యక్తికి తనలో ప్రతిదీ ఉంటుంది. స్టీమర్‌లో అన్ని రకాల వస్తువులు ఉన్నట్లే, మనస్సును జయించిన వ్యక్తికి మొత్తం ప్రపంచం తనలోనే ఉంటుంది.

....

206. ఒక పడవ ప్రయాణిస్తున్నప్పుడు, చుట్టూ ఉన్న ప్రతిదీ కదులుతున్నట్లు కనిపిస్తుంది. అలాగే, మనస్సు అదృశ్యమైనప్పుడు, ప్రతిదీ తిరుగుతున్నట్లు కనిపిస్తుంది. నిద్రలో అనుభవించేది మేల్కొనే స్థితిలో అనుభవించబడదు. మేల్కొనే స్థితిలో అనుభవించేది నిద్రలో అనుభవించబడదు. నీరు లేకుండా, నిప్పు మీద ఒక పాత్రను ఉంచితే, శబ్దం ఉత్పత్తి కాదు. ధ్వనిని ఉత్పత్తి చేయడానికి, నీరు అవసరం. అలాగే, సూక్ష్మ వివక్షత లేని వారికి ప్రయోజనం ఉండదు. నిద్రలో నాగుపాము కాటు వేస్తే, మీరు చనిపోరు. నిద్రలో, మనస్సు ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. మానసం ఉన్నప్పుడు, ప్రతిదీ ఉంటుంది. "సృష్టి" అని పిలువబడేది మానసిక అనురాగం. పూర్తి "ఆత్మపరిశీలన" ఉన్నప్పుడు, సృష్టి ఉండదు.

....

207. సాధన ప్రారంభంలో, నవజాత శిశువు నిద్రను తగ్గించుకోవాలి. ఆహారంలో మితంగా ఉన్నప్పుడు, చల్లటి నీటితో స్నానం చేయకూడదు. ప్రతి నాలుగు లేదా ఐదు గంటలకు ఒకసారి చల్లటి నీటితో స్నానం చేస్తే, శరీరంలో రక్త ప్రసరణ సక్రమంగా ఉండదు. థియేటర్‌లో ఒక నటుడు మొదట తెర వెనుక నటించి, తర్వాత బయటకు వస్తాడు. ప్రారంభంలో, గోప్యత ఉండాలి; తరువాత, అది అవసరం లేదు. ఇప్పటికే నిండిన పాత్రలో నీరు పోస్తే, ఆ నీరు బయటకు ప్రవహిస్తుంది. అలాగే, పరిపూర్ణ శాంతి లభించినప్పుడు, అది అందరికీ తెలుస్తుంది. అలాంటి వ్యక్తికి కోరిక ఉండదు. ఈ శాంతి అత్యున్నతమైనది. పరిపూర్ణ శాంతి భగవంతునితో ఐక్యతను కోల్పోతుంది.

....

208. దేవుని రూపం శాంతి. ఓం మరియు శాంతి ఆయన రూపాలు. ఆయన రూపం లేనివాడు. ఆయన మార్పు లేనివాడు. ఆయన వివక్షకు అతీతుడు. ఆయన పరమానందం, సంపూర్ణుడు. పిల్లలను ఊయలలో

నిద్రించడానికి ఆహ్లాదపరిచే విధంగా, మనం దిండు కోసం మానస్‌తో అంతర్గతంగా నిద్రపోవాలి. మనం ప్రతి పరీక్షలో విజయం సాధించాలి. పరీక్షలలో విజయం సాధించకపోతే మనకు ఉపాధి లభించదు. ఇంగ్లీష్ మాట్లాడటం తెలిసి కూడా రాయడం తెలియకపోవడం అంటే ఇంగ్లీష్ పూర్తిగా తెలియకపోవడం.

....

209. గొంతు స్థానం "మూలధార", ఇక్కడ సర్ప శక్తి (కుండలిని) ఉద్భవించింది. హృదయ స్థలం గొంతు స్థానం. హృదయ స్థలం కనుబొమ్మల మధ్యలో ఉంటుంది. "స్వాధిష్ఠానం" మెదడులో ఉంటుంది. ఆజ్ఞ త్రిభుజాకారంగా ఉంటుంది. "రాజయోగం" అని పిలువబడేది మెడ పైన ఉంటుంది. ఆజ్ఞ అనేది మనిషి ముక్తిని పొందే ప్రదేశం. "ఈ ప్రపంచం" అని పిలువబడేది జీవాత్మ. "తదుపరి ప్రపంచం" అని పిలువబడేది పరమాత్మ. ఈ రెండింటి కలయిక చైతన్య స్థలం. చిత్ అనేది మానసిక మానసిక స్థితి. సత్ అనేది ఒకటి, అవిభాజ్యమైనది.

....

210. పూరకం అంటే శ్వాసను పైకి లాగడం. కుంభకం అంటే శ్వాసను నిలుపుకోవడం. రేచకం అంటే శ్వాసను వదులుకోవడం. నెమ్మదిగా లోపలి నుండి, ఒకే బియ్యం నుండి అనేక రకాల కేకులు తయారు చేయబడతాయి. అలాగే, శ్వాస ద్వారా, ప్రతిదీ సాధించబడుతుంది. విధులు భిన్నంగా ఉంటాయి. ప్రాణాయామం అని పిలువబడేది అంతా అంతర్గత పని. అదే మనిషిలోని శివశక్తి. ఈ శక్తిని బ్రహ్మ-రంధ్రానికి నడిపించినప్పుడు, అది దేవుడితో సహవాసం.

....

211. శివశక్తి ఒకటే అవిభాజ్యం. శివశక్తి మోక్షం. శివశక్తి "పైకి ఊపిరి". శివశక్తి ప్రాణవాయువు. అది ఓంకారం; అది ప్రణవం. ప్రణవం నుండి సృష్టి. ప్రణవం అంటే శరీర చైతన్యం, ఓంకారం అంటే ఆత్మ చైతన్యం. ఓంకారం ఎండిన కొబ్బరికాయలోని గింజ లాంటిది.

పరిమితమైనది అనంతంతో ఒకటి అవుతుంది. నది సముద్రంతో ఒకటి అవుతుంది. మానసిక మనోభావాలు నదులు; అవిభాజ్య శివశక్తి సముద్రం. కాగితం అగ్నిలో కాలిపోయినప్పుడు దాని వ్యక్తిత్వాన్ని కోల్పోయినట్లే, మనస్సు ఆత్మలో దాని వ్యక్తిత్వాన్ని కోల్పోతుంది. ఐదు లేదా ఆరు రోడ్లకు ఒకే ఒక జంక్షన్ ఉండవచ్చు. మనం ఈ రోడ్ల ద్వారా నడిచి లేదా రైలులో ప్రయాణించవచ్చు. "శరీరం" అనేది మనం వచ్చి వెళ్ళే రైలు.

....

212. శరీరం యొక్క దృఢమైన భంగిమ స్టేషన్ లాంటిది. ఈ భంగిమ సులభమైన భంగిమగా ఉండాలి. ఇది రాజయోగం, ఆసనం అంటే ఆసనం.

....

213. సమాధి అంటే ఒకరి శక్తిని నియంత్రించుకోవడం. సమాధి అంటే "పైకి శ్వాస". "పైకి శ్వాస" అంటే "తారక బ్రహ్మ" అని పిలుస్తారు. "పైకి శ్వాస" పరిపూర్ణమైనప్పుడు, ప్రపంచం మొత్తం మీలోనే ఉంటుంది. ఈ పైకి శ్వాస అన్ని జీవులలో ఒకేలా ఉంటుంది. ఒక రాజ యోగి అంటే అవిభాజ్యమైన ఏకత్వాన్ని గ్రహించినవాడు. అతను

మాట్లాడుతున్నప్పుడు లేదా కూర్చున్నప్పుడు లేదా నడుస్తున్నప్పుడు అతను దేవునితో ఒక్కటిగా ఉంటాడు. రాజ యోగం అనేది పై కథలో కూర్చుని కింద చుట్టూ చూడటం లాంటిది. "రాజ యోగం" అని పిలుస్తారు ఎందుకంటే ఇది అన్ని యోగాలకు రాజు.

మన బుద్ధి భగవంతునితో ఏకమైనప్పుడు, దానిని రాజయోగం అంటారు. ఇదంతా శాంతి; అది నిరాకారమైనది, గుణరహితమైనది. ఆనందానికి ఎటువంటి లక్షణాలు లేవు. దీనిని జీవన్ ముక్తి అంటారు.

....

214. సృష్టి ఆదిమ స్వభావంలో అదృశ్యమవుతుంది. ఈ "ఆదిమ" నుండి బయటకు రావడాన్ని సృష్టి అంటారు. మళ్ళీ దానిలోకి ప్రవేశించడాన్ని విధ్వంసం అంటారు. మీరు శరీరం గురించి, మరేమీ లేకుండా స్పృహలో ఉన్నప్పుడు, అది "సృష్టి". రాజ-యోగానికి, ప్రత్యేకమైన చర్య సూచించబడలేదు. శివారాధన లేదు. ప్రత్యేకమైన స్థానం లేదు. ఇదంతా మెదడు కేంద్రంలో రాజయోగికి జరుగుతుంది. నమస్కారం మెదడు కేంద్రంలో జరుగుతుంది. మెదడు కేంద్రంలో నమస్కరిస్తే, అది అందరికీ చేరుతుంది.

....

215. బ్రహ్మదేవుడు తనలో తాను "ఏకత్వం" గురించి తెలుసుకుంటాడు. పిండాండ (సూక్ష్మరూపం) అనేది బయట కనిపించేది. బ్రహ్మాండ (స్థూలరూపం) లోపలికి కనిపిస్తుంది. ఈ స్థూలరూపం సృష్టికి అతీతమైనది. సృష్టి ఒక మానసిక స్థితి. ఆత్మ సృష్టించబడలేదు. మనస్సు అన్ని రకాల భయాలను కలిగి ఉంటుంది. అన్ని సృష్టి మూర్తీభవించిన వారికి మాత్రమే ఉన్నట్లు కనిపిస్తుంది. బాహ్యమైనది అంతర్గతీకరించబడినప్పుడు, అన్ని భయాలకు ముగింపు ఉంటుంది. మీ శరీరంలో బంగారు ఆభరణాలు ఉంటే, మీకు దొంగల భయం ఉంటుంది. అలాంటి ఆభరణాలు లేని వారికి దుఃఖానికి కారణం ఉండదు. వారికి ఒకే దృష్టి ఉంటుంది. భౌతిక కన్నుతో చూసేవారిలో కోరిక ఉంటుంది. వారు తేడాలను చూస్తారు. కోరిక మనిషిని పని చేయిస్తుంది. కోరిక లేనిది ముక్తి. ఫలం కోసం కోరిక లేనిది జీవన్ ముక్తి. ఇది అవధూత స్థితి. ఈ స్థితి సూక్ష్మమైనది. జ్ఞానులకు "అంతర్గత దృష్టి" ఉంటుంది. వారు మనస్‌ను నాశనం చేశారు. వారు ప్రతిచోటా "ఒకే ఆత్మ"ను అనుభవిస్తారు. వారికి తేడాల గురించి తెలియదు. వారు ఒకే ఒక్కదాన్ని, అవిభాజ్యతను గ్రహించారు. స్థూల స్థితిలో, తేడాలు ఉన్నాయి. అంతర్గత శ్వాస విభజించబడదు. ఇది విభజించబడదు; ఇది ఒకటి.

....

216. స్థూలత్వం అనే భావన అంతా అద్దెకు ఇవ్వబడుతుంది. "సూక్ష్మ స్థితి" ఆత్మీయమైనది. జ్ఞానులు ఎల్లప్పుడూ "యోగ నిద్ర"ని ఆస్వాదిస్తారు. వారు కూర్చున్నా లేదా నడుస్తున్నా ఈ స్థితిలోనే ఉంటారు. జ్ఞానులను తాబేలుతో పోల్చవచ్చు. ఈ జంతువులు అవసరమైనప్పుడు మాత్రమే తమ అవయవాలను బయటకు చూపిస్తాయి; మిగతా సమయాల్లో, అవి తమను తాము షెల్ లోపల ఉంచుకుంటాయి.

....

217. మెయిల్ రైలుకు మరియు లోకల్ రైలుకు, శక్తి ఒకటే. సమయం మాత్రమే భిన్నంగా ఉంటుంది. సన్యాసి మెయిల్ రైలు లాంటివాడు. సన్యాసి అంటే బాహ్య ప్రపంచాన్ని తనలోనే చూసేవాడు. బాహ్య ప్రపంచంలో తన శక్తిని కేంద్రీకరించేవాడు స్థానిక రైలు లాంటివాడు. రైలులోకి ప్రవేశించడం కష్టం; రైలు ఎక్కిన తర్వాత, ఎటువంటి ఇబ్బంది ఉండదు. అప్పుడు ఒకరు సామాను గురించి ఆలోచించరు, మనం రైలులో కూర్చుని ఏదైనా వస్తువు కొన్నప్పుడు, మన దృష్టి రైలు వైపు మళ్ళించబడుతుంది. అలాగే, మొదటిది వివక్షత; రెండవది ధ్వని. ఒకరు ఏమి చేసినా, శ్రద్ధ తలపై స్థిరంగా ఉండాలి. చూడటం, వినడం, మాట్లాడటం అనేవి తమలోని చర్యలు కావు; ముక్కు ద్వారా శ్వాస తీసుకోవడం వాస్తవానికి ఒక చర్య. "మంచి చర్య" అని పిలవబడేది అధోముఖ మార్గం.

....

218. "మౌనం" అని పిలవబడేది మనస్సును సూచిస్తుంది, నాలుకను కాదు. బుధి మరియు జ్ఞానము ఆత్మతో సహవాసంలో ఉన్నప్పుడు చేసేది "కర్మ" కాదు. నిశ్శబ్దం మనస్సు యొక్క నిజమైన స్థానం; నాలుకకు సంబంధించినది కాదు. నిశ్శబ్దం ద్వారా యోగం సాధించబడుతుంది. బుధి మరియు జ్ఞాన రెండింటినీ కలిపిన యోగి అతను. మానసాన్ని బుధికి లోబరుచుకుని బుధిని మానసాన్ని నియంత్రించేలా చేసేవాడు యోగి. "మౌన ప్రతిజ్ఞ" అని పిలవబడేది ఇడ మరియు పింగళ జంక్షన్ అయిన సుషుమ్నకు మరొక పేరు. శరీరంలోని మూడు ముఖ్యమైన నాడులు ఇడ మరియు పింగళ మరియు నాడులు.

సుషుమ్నా. సుషుమ్న అనేది కుండలిని స్థానం.

....

219. అన్ని తత్వాలకు "పరబ్రహ్మ" అనే ఒక తత్వ మూలం ఉంటుంది. ఇది గ్రహించబడినప్పుడు, దానిని జీవన్ ముక్తి అంటారు. మీరు నదిని దాని మూలం వద్ద చూడాలి మరియు అది సముద్రంలో కలిసిపోయిన తర్వాత కాదు. మీరు ఒక చెట్టు యొక్క తల్లి మూలాన్ని చూడాలి. అన్ని చెట్లకు ఒకే తల్లి మూలం ఉంటుంది. అలాగే, అన్నింటికీ ఒకే దేవుడు ఉంటాడు. మీరు అన్నింటినీ ఒకే విధంగా గ్రహించినప్పుడు, ఈ సాక్షాత్కారం ముక్తి అవుతుంది.

....

220. ఒక నాటకంలోని నటులు, మొదటగా, తెర వెనుక ఒక పరీక్షను నిర్వహిస్తారు మరియు తరువాత దానిని వేదికపై ప్రదర్శిస్తారు. అలాగే, యోగా ప్రదర్శన కూడా; అన్నింటికంటే ముందు, దీనిని రహస్యంగా అభ్యసిస్తారు మరియు అది సాధించబడినప్పుడు, దానికి దానికదే ప్రచారం లభిస్తుంది. మీరు ఒక కళను నేర్చుకోవడం ప్రారంభించినప్పుడు, మీకు ఒకేసారి దాని అనుభవం ఉండదు. మీరు ఎంత ఎక్కువ సాధన చేస్తే, దాని అనుభవం అంత మెరుగ్గా ఉంటుంది.

....

221. వండిన ఆహారాన్ని వాసన చూడటం ద్వారానే ఆకలి తీరదు. ఆకలి తీర్చుకోవడానికి, ఆ ఆహారాన్ని స్వయంగా తీసుకోవాలి. అలాగే, అనుభవమే ఏకైక విజయం. మీరు "సత్యాన్ని" అనుభవించినప్పుడు మిమ్మల్ని వ్యతిరేకించే శరీరం లేదు. చక్కెరను చేతిలో పట్టుకోవడం ద్వారా, మీరు దాని తీపిని అనుభవించలేరు. దాని తీపిని రుచి చూడటానికి చక్కెరను నోటిలో ఉంచాలి. ఇది అనుభవం. పుస్తక జ్ఞానం సందేహాలకు మరియు చర్చకు అవకాశం ఇస్తుంది. కానీ స్వీయ అనుభవం అలా చేయదు. తనకు తానుగా అనుభవం రాజు ప్రజలకు ఇచ్చిన ఆదేశం లాంటిది. అనుభవం రాజు ఆదేశం లాంటిది; పుస్తక జ్ఞానం వ్యక్తులు. "జీవన్ ముక్తి" అని పిలువబడేది ఒకరి "నిజమైన ఇల్లు", యోగా యొక్క లక్ష్యం మరియు ముగింపు. ఇది సాధించవలసిన విషయం. గుహలో నివసించడం అనేది జీవితంలో సాధించాల్సిన "విషయం". గుహ అంటే బుధి; జీవాత్మ బుధిలో నివసించడం నేర్చుకున్నప్పుడు, జీవిత లక్ష్యం సాకారం అవుతుంది. ఆత్మ నివాస స్థలం (గుహ) అయిన హృదయ స్థలం మూడవ కన్ను యొక్క స్థానం. హృదయం అంటే వివక్షత స్త్రీ. బుధి మరియు జ్ఞానుడు ఒక్కటి అయ్యారు, పురుషుడు లేదా స్త్రీ ద్వారా స్క్రూ తిరగబడింది, మరియు స్త్రీ, తేడాలు మాత్రమే, పురుషుడు మరియు స్త్రీ.

....

222. బంగారం మనిషిని గొప్పవాడిని చేయదు.

....

223. శాస్త్రము ద్వారా కర్మ బంధము తెగిపోదు.

....

224. ఓ భిక్షగాడా! యోగ అగ్నిలో మనస్సు యొక్క మాయను కాల్చివేయుము! బ్రహ్మను గ్రహించని వారికి సత్యం తెలియదు. వారు నిజమైన ఆనందాన్ని అనుభవించరు. అహంకార ధోరణులు నాశనం కావు. ఎల్లప్పుడూ ఆనందములో మునిగిపోండి. మీ కోరికను మీ మానసపు లోతులలో పాతిపెట్టండి. కోరిక ఫలించదు. దానిని అంతర్గతంగా నాశనం చేయండి.

....

225. జీవుడు మానవునిలోని శివశక్తిని అంతర్గతంగా మెదడు కేంద్రానికి (బ్రహ్మ రంధ్రానికి) నడిపించినప్పుడు మరియు అవిభాజ్యమైన శివుడితో ఐక్యమైనప్పుడు, ముక్తి సాక్షాత్కరించబడుతుంది. ఈ ముక్తిని పొందిన వ్యక్తికి బ్రహ్మ ఆనందము ఉంటుంది. ఎల్లప్పుడూ శివునిపై దృష్టి పెట్టండి. ప్రారంభంలో శివుడు ఉన్నాడు. ప్రారంభంలో శివశక్తి మాత్రమే ఉండేది. గొప్ప రక్షకుడు శాశ్వత ఆనందము. గొప్ప కోరికలే లేనివాడు శాశ్వత ఆనందము. కోరికలు లేనివాడు మూడు గుణాలు (గుణాలు) లేనివాడు. అదే నిజమైన ధర్మం. నువ్వే నీకు రాజువి. నువ్వే ముక్తికి ప్రభువువి. నీలోనే చూడు. నిజమైన రూపం మానవ రూపం. మానవుడు జంతు

రాజ్యానికి అధిపతిగా నిలుస్తాడు. ఈ ప్రపంచంలో, మనిషి కంటే ఉన్నతమైనది ఏదీ లేదు. అన్ని దేశాలను సృష్టించినది మానవుడే.

....

226. అతను బ్రహ్మానందాన్ని అనుభవించిన బ్రాహ్మణుడు. నీ మాయ (భ్రాంతి) క్షణికమైనది. ఓ హరీ! అహంకారాన్ని కాల్చండి! మానసాన్ని నాశనం చేసినవాడు మాయను నాశనం చేశాడు. హరి (మాయ) ప్రభువు కాదు; శివుడు ప్రభువు. పాలలో వెన్న గుప్తంగా ఉందని అందరికీ తెలుసు. మనం పాలు మరిగినప్పుడు, వెన్న పొందాలి. వెన్న తీసుకునేవారు చాలా తక్కువ. పాలు భక్తి. నిప్పు మీద పాలను వేడి చేయడం వివక్షత యొక్క శక్తి. వివక్షకు పాత్ర బుద్ధి. వివక్షత యొక్క అగ్ని యోగ అగ్ని. ఈ వివేక అగ్ని (వివేక అంటే వివక్షత-జాతి), శరీరానికి ఉన్న ఆరు శత్రువులు - కోపం, కోరిక, అసూయ, మోహం, దురాశ, మాయ నాశనం అవుతాయి మరియు వెన్న లభిస్తుంది.

....

227. నూనె లేకుండా దీపం మండదు. అలాగే, "శ్వాస" లేకుండా, శరీరం కదలదు. చుక్కాని లేకుండా, పడవను దాని గమ్యస్థానానికి నడిపించలేము. స్టీమర్ ఆవిరి శక్తి ద్వారా మరియు కెప్టెన్ తెలివితేటల ద్వారా నడపబడుతుంది. ఒక పడవ స్టీమర్ లాగా వెళ్ళదు. అదేవిధంగా, ఒక సన్యాసి స్టీమర్ లాంటివాడు. తనలో మొత్తం ప్రపంచాన్ని కలిగి ఉన్నవాడు స్టీమర్ లాంటివాడు. ప్రపంచంలో ఉన్నవాడు పడవ లాంటివాడు. స్టీమర్ యొక్క మార్గదర్శక కాంతి పైన ఉంటుంది; అదేవిధంగా సన్యాసికి బ్రహ్మ రంధ్రం. సన్యాసిలో మనస్సు హృదయ స్థలంలో విలీనం అవుతుంది. వెలుగు అంటే సన్యాసి. ఆవు గుర్రంలా పరిగెత్తదు. తనలో మనస్సు విలీనం అయినవాడు గుర్రం లాంటివాడు. ప్రపంచంలో మనస్సు ఉన్నవాడు ఆవు లాంటివాడు. అందరూ ఒకేసారి రాజులుగా మారలేరు. అందరూ ఒకేసారి వ్యాపారులు కాలేరు. కష్టమర్లు కూడా అవసరం.

....

228. మీరు చీకటిలో నడిచినప్పుడు, మీకు భయం ఉంటుంది. కానీ వెలుగులో భయం ఉండదు. అజ్ఞానమే చీకటి. జ్ఞానమే వెలుగు. గురువు అలాంటి వెలుగు. వెలుగుయే గురువు.

....

229. పరిపూర్ణ నిద్రలో, పురుషులు ప్రతిదీ మర్చిపోతారు. మీరు పది మైళ్ళు నడిచి నిద్రపోతారని అనుకుందాం. ఈ ప్రపంచంలో మీ ఉనికి గురించి మీకు పూర్తిగా తెలియదు. అలాగే, మీరు ఆకలితో ఉన్నప్పుడు, మీరే ఆహారం తీసుకోవడం ద్వారా మీ ఆకలిని తీర్చుకోవాలి.

....

230. నీరు స్వేచ్ఛగా ప్రవహించడానికి రోడ్డుకు ఇరువైపులా గట్టర్‌లు (తుఫాను కాలువలు) ఉన్నట్లే, శ్వాసను స్వేచ్ఛగా పైకి తీసుకెళ్లడానికి మీరు అనుమతించాలి. ఒక రాయిని పైకి తీసుకెళ్లడానికి చాలా ప్రయత్నం

అవసరం. కానీ మన వైపు నుండి కనీస ప్రయత్నం లేకుండా, అది అకస్మాత్తుగా క్రిందికి వస్తుంది. అదేవిధంగా ఏకాగ్రత కూడా. జన్మించడం సులభం; కానీ ఈ శరీరాన్ని విడిచిపెట్టడం చాలా కష్టం.

మనం నది మూలాన్ని కనుగొనాలి. అది సముద్రంలో కలిసిన తర్వాత, నదిని చూడటం వల్ల ప్రయోజనం లేదు. ఒక చెట్టుకు, దాని తల్లి వేరు అతి ముఖ్యమైనది; మిగతా అన్ని వేర్లు అనుబంధమైనవి. మనం కుర్చీని పైకి లేపినప్పుడు, మన శ్వాస పైకి వెళుతుంది. అది ప్రాణ స్థానం. మనం వంట చేస్తున్నప్పుడు అగ్ని జ్వాలలు పైకి వెళ్తాయి; అలాగే, పొగ పైకి వెళ్తుంది. వెలిగించిన చిమ్నీలో, వేడి గాలి పైకి వెళుతుంది. అదేవిధంగా, హృదయ స్థలంలో, శ్వాస పైకి వెళుతుంది. మన ఆనందం గాలి (వాయు) కదలిక వల్ల కలుగుతుంది. ఈ వాయు కదలిక లేకుండా, రక్త ప్రసరణ ఉండదు. నీటి కాలువకు ఆనకట్ట వేయబడినప్పుడు, నీటి కదలిక ముగిసింది. అలాగే, ఈ శరీరంలో, అటువంటి ఆనకట్ట - వాత, పిత మరియు కఫ (త్రిదిషాల యొక్క మూడు హాస్యాలు).

....

231. శిరస్సు అనేది కస్తూరి, చందనం, కర్పూరం మరియు గాఢ కర్పూరం వాసనను అనుభవించే స్థానం. చక్కెర ఉన్న చోట చీమలు గుంపులుగా తిరుగుతాయి. ఓంకార శబ్దం అనుభవించే చోట అజ్ఞానం ఉండదు. ఆధ్యాత్మిక నేత్రం చూసేది నిజమైన హృదయం. భౌతిక నేత్రం చూసేది నిజమైన హృదయం కాదు. గొప్పది తల. శ్వాస మూలం నిజమైన ఆనంద. నిజమైన ఆనంద హృదయ కుహరంలో ఉంటుంది. శ్వాస ఇల్లు కుండలిని నివాసం. ఇది శివుని ఇల్లు. ఇది మన నిజమైన సంతోషకరమైన శాంతి నిలయం. ఇది సత్వ గుణ నివాసం. ఈ ఇంట్లో నివసించేవాడు గౌరవం మరియు అగౌరవాన్ని పట్టించుకోడు. ఇది ప్రతిదీ త్యజించిన యోగి నివాసం. ఇది సూక్ష్మ విచక్షణ శక్తి ఉన్నవారి నివాసం. ఇది కుండలిని నివాసం. ఈ ఇల్లు హృదయ నివాసం.

....

232. శ్వాస మీద దృష్టి పెట్టని వారికి లక్ష్యం ఉండదు, స్థితి ఉండదు, తెలివితేటలు ఉండవు మరియు నెరవేర్పు ఉండదు. కాబట్టి, దృష్టి కేంద్రీకరించి ఆలోచించండి. శ్వాసను గీయడం మరియు బయటకు వెళ్ళడంపై దృష్టి పెట్టండి. శ్వాసను సరిగ్గా లోపలికి తీసుకోండి. శ్వాస ఉత్పత్తి చేసే శబ్దంపై దృష్టి పెట్టండి. అంతర్గతంగా ఉత్పత్తి అయ్యే శబ్దంపై దృష్టి పెట్టండి. అంతర్గత శబ్దంపై విశ్వాసం ఉంచండి మరియు ఊపిరి పీల్చుకోండి. శ్వాస తీసుకోండి.

లోతుగా, లోతుగా శ్వాస తీసుకోండి. అంతర్గత శబ్దం చెవులకు వినిపించేలా గాలి పీల్చుకోండి. మరేదీ ఆలోచించకండి. తినడం, తాగడం, రావడం, నిలబడటం, తినడం, ఇవి ఆత్మను ఉన్నతీకరించవు. మీ కోసం వంట చేసుకోండి; ఇతరులు వండినది తినాలని కోరుకోకండి. ఓ మనసా! మీరు చేసే పనిని విశ్వాసంతో చేయండి.

....

233. ఆకులు లేని చెట్టు చుట్టూ గాలి వ్యర్థంగా వీస్తుంది (ప్రతిస్పందన లేదు). మృతదేహంలో గాలి ఉండదు (ప్రాణము); శబ్దం ఉండదు. గాలి లేకుండా, ఒక జంతువు ఈ ప్రపంచంలో ఎప్పుడూ జీవించదు.

....

234. ఆవిరి లేకుండా ఇంజిన్ (శరీరం) కదలదు (ప్రాణం). కొబ్బరి చెట్టు జాక్ పండ్లు ఇవ్వదు. అనుభవం లేకుండా ఒకరు మాట్లాడేది వ్యర్థం. న్యాయమూర్తి మరియు మేజిస్ట్రేట్ వాది మరియు ప్రతివాది చెప్పేది విని కేసు గురించి ఒక ఆలోచనను ఏర్పరుస్తారు. కానీ వారికి కేసు నిజం తెలియదు. మీ చేతిలో చక్కెర ఉంటే సరిపోదు; దాని మాధుర్యాన్ని తెలుసుకోవడానికి మీరు దానిని రుచి చూడాలి. భూమి యొక్క ప్రేగులలో నీరు ఉన్నప్పటికీ, నీటిని పొందడానికి మనం బావిని తవ్వాలి. ప్రధాన విషయం ఏమిటంటే అంతర్గత సాధన మరియు మెదడు మధ్యలో పరబ్రహ్మతో ప్రాణం యొక్క ఐక్యత. ఇది దేవుడిని ముఖాముఖిగా చూడటం; ఇది యోగా యొక్క నెరవేర్పు; ఇది శాశ్వత శాంతి.

....

235. నవజాత శిశువుకు నిర్దేశించిన ఆహారం లేదు. సాధన చేసేవారికి శాంతి ఆహారం. అన్ని కళలలో అత్యున్నతమైనది బ్రహ్మ విద్య (దేవుడు సాక్షాత్కరించబడే కళ). అటువంటి కళను డబ్బుతో కొనలేము. ఇది గౌరవం లేదా అగౌరవం ద్వారా పొందబడదు. ఇది బాహ్య కీర్తి ద్వారా పొందబడదు. ఇది అచంచలమైన భక్తి (భక్తి) ద్వారా మాత్రమే పొందబడుతుంది. భక్తి లేకుండా, బంధం నుండి విముక్తి లేదు. సూక్ష్మ భక్తి ద్వారా మాత్రమే మనిషి ముక్తిని పొందుతాడు. బ్రహ్మానందం ఖాళీ మాటలు కాదు, ఘన అనుభవం. ఇది సచ్చిదానందానికి సమానం. ఇది నిరంతర సాధన ద్వారా పొందబడుతుంది. సాక్షాత్కారం పొందిన వ్యక్తికి అంతా బ్రహ్మానందమే.

....

236. ఓ మనసా! "ద్వంద్వం" అనే ఆలోచనను బహిష్కరించు; సూక్ష్మ వివక్షను కలిగి ఉండు. ద్వంద్వం అనే ఆలోచనను విడిచిపెట్టి, కనిపించే విశ్వమంతా శివుడని, నిష్కళంకమైనదని భావించు. ఎటువంటి మారువేషం లేదు. మీలో ప్రతిదీ కలిగి ఉండండి. శాశ్వతమైనది విశ్వాసం. 0 మనసు! శ్వాసను నియంత్రించండి. అంతర్గత జీవితాన్ని కలిగి ఉండండి. సూక్ష్మ వివక్ష ద్వారా సత్యాన్ని కనుగొనండి. సూక్ష్మ వివక్షకు సంబంధించినది శాశ్వతమైనది. ప్రతి జీవి యొక్క సారాంశం శాశ్వత ఆనందం. శాశ్వత ఆనందాన్ని పొందండి. శాశ్వత ఆనందమే శాశ్వత ముక్తి. మానసిక ఆసనాలు (భంగిమ) రాజుల సింహాసనాలు. శాశ్వత ఆసనం శాశ్వత ఆనందం. సత్ మరియు చిత్ ఐక్యమైనప్పుడు. అదే పరమానందం. అదే చైతన్యానందం అంటారు.

....

237. సృష్టి అంతా మానసికమే. శరీరం లక్ష్యాన్ని సాధించడానికి ఒక సాధనం తప్ప మరొకటి కాదు. శక్తి ఆత్మకు చెందినది. అత్యున్నతమైన గోపురం తలలో ఉంది. ఇది ఆత్మ యొక్క స్థానం. ఇది చైతన్య ఆకాశం. ఇది గొప్ప ఆధారం. "ఆజ్ఞ" (శరీరం యొక్క ఆరవ కమలం) ఆధారం. కుండలిని స్థానం హృదయ ఆకాశం.

రైలులో ప్రయాణించేది ఆత్మ యొక్క ఆలోచన. మెయిల్ రైలు హఠ యోగి. స్థానిక రైలు రాజ యోగి. (శాంతిని పొందడం ఆనందం). తేడా కాలంలో మాత్రమే. వేగం ఒకేలా ఉన్నప్పటికీ, సమయం భిన్నంగా ఉంటుంది. ఈ వ్యత్యాసం మనస్సు యొక్క మాయ.

....

238. ఒక వ్యక్తి తన తల్లిదండ్రుల నుండి జన్మిస్తాడు. అతను మొదట పిల్లవాడు; అతను పురుషత్వానికి ఎదిగి పిల్లల తండ్రి అవుతాడు. తేడా సమయం కారణంగా ఉంటుంది. తల్లిదండ్రులు ఐక్యంగా ఉన్నప్పుడు వారు కలిగి ఉన్న ఆలోచన ప్రకారం పిల్లల స్వభావం ఉంటుంది. సంయోగ సమయంలో తల్లిదండ్రులు భక్తి, దుష్ప్రవర్తన, కోపం, కార్యాచరణ, కోరిక మొదలైన వాటిని కలిగి ఉంటే, వారికి పుట్టిన బిడ్డ అదే లక్షణాలను కలిగి ఉంటాడు. వాయువు గర్భంలోకి ప్రవేశించడం వల్ల సృష్టి జరుగుతుంది. సంయోగ సమయంలో తల్లిదండ్రులకు లౌకిక లేదా స్వర్గపు కోరిక ఉంటే, పుట్టిన బిడ్డకు అదే కోరిక ఉంటుంది. బిడ్డకు రెండవ కోరిక ఉన్నప్పుడు, అది త్వరలో జ్ఞానోదయం అవుతుంది. మొదటి ముఖ్యమైన విషయం పుట్టుక తర్వాత కోరికలు లేకపోవడం. జననం మరియు మరణం అనే బీజం నాశనం అవుతుంది. ఒక వ్యక్తి పదే పదే దుఃఖాలకు గురైనప్పుడు, సూక్ష్మ వివక్షత తర్వాత అతను "వెలుగు" చూడాలి. "అపాన వాయు" అని పిలువబడేది సృష్టి నాశనం. "అపాన వాయు" మరియు "ప్రాణ వాయు" ఆత్మలో విలీనం కావాలి. ఈ రెండూ ఐక్యమైనప్పుడు, అన్ని పరిస్థితులు నశిస్తాయి. ప్రాణం ముగిసేలోపు, ఒకరు ముక్తిని పొందాలి. అప్పుడు అది ఒకటిగా, అవిభాజ్యంగా, దాని ద్వంద్వత్వాన్ని కోల్పోతుంది.

....

239. ఉపనయనం జీవిత లక్ష్యం. ‘‘ఉప’’ అంటే ‘‘సమీపంలో నివసించడం’’. జీవాత్మ పరమాత్మలో విలీనం కావాలి. ఉపనయనం అంతర్గతమైనది. ఉపనయనం సూక్ష్మమైనది. ‘‘ఉపాధి’’ అని పిలువబడేది ‘‘మూడవ కన్ను’’. సాధించవలసిన లక్ష్యం దేవుని దగ్గర ఉండటం. ఉపనయనం అంటే శరీర భావన కాదు. అది ఆత్మ యొక్క ఆలోచన. ఈ ప్రపంచంలో, అటువంటి ‘‘ఉపాధి’’ చేసినవాడు బ్రాహ్మణుడు. ‘‘ఉపాధి’’ అనేది సుషుమ్న నాడి. ఇది దేవతలు మరియు దేవతలు నివసించే ‘‘బ్రహ్మ నాడి’’.

....

240. శబ్దం (శబ్దం) ఆకాశం (అకాశం) లో ఉత్పత్తి అవుతుంది. అంతరిక్షంలో ఉత్పత్తి అయ్యేది ప్రాణశక్తి. ఆకాశం (అకాశం) అని పిలువబడేది తలలో ఉంటుంది. ఆకాశం హృదయ స్థలం. జీవశక్తి ఒక్కటే. నదికి మరియు సముద్రానికి మధ్య తేడా ఉన్నట్లే, జీవాత్మ మరియు పరమాత్మ మధ్య కూడా తేడా ఉంది. ఇది డిగ్రీకి సంబంధించినది, రకమైనది కాదు. ఒకరు "నేను" మరియు "నాది" అని ఆలోచించకూడదు. తదుపరి జన్మకు ఇదే కారణం. "నేను" మరియు "నాది" అనే పరంగా ఆలోచించే మనిషి తక్కువ తెలివితేటలు కలిగి ఉంటాడు. అలా ఆలోచించడం ద్వారా, అతను దిగువ జన్మలోకి దిగుతాడు. సూర్యునిలోని శక్తి కాంతిగా కనిపిస్తుంది.

అదేవిధంగా, వాయువు కాంతిలో కాంతి రూపంలో ఒక శక్తి ఉంటుంది. పగలు మరియు రాత్రి మధ్య వ్యత్యాసాన్ని కోల్పోయిన వారికి, సూర్యుని కాంతి మరియు వాయువు కాంతి ఒకటే. రెండింటి మధ్య తేడా లేదు. ఒకరి విశ్వాసం గొప్ప విషయం. విశ్వాసం కంటే, దేవుడు లేడు. ఈ లోకంలో విశ్వాసం కంటే ఉన్నతమైనది ఏదీ లేదు, విశ్వాసం లేని మనిషి ఇతరుల దుష్ట కుతంత్రాలకు మోసపోలేడు. మనిషి తన విశ్వాసం ఉన్నదానినే ఆస్వాదిస్తాడు. అంతర్గత విశ్వాసం శ్వాసపై కేంద్రీకృతమై ఉండాలి. విశ్వాసం లేనివారికి దేని గురించి ఆలోచనలు ఉండవు. విశ్వాసం లేనివారికి సాధువులు మరియు సన్యాసుల పట్ల గౌరవం ఉండదు. వేలాది మంది సాధువులు వాటిలో విలీనం అయ్యారని వారు (తప్పుగా) భావిస్తారు.

……….

241. అంధుడికి పగలు, రాత్రి తేడా ఉండదు. అతనికి బాహ్య కాంతి పనికిరాదు. అతనిలో జ్ఞాన కాంతి బలంగా ఉంటుంది. అంధులకు వారి శారీరక రూపం పనికిరాదు. వారి భౌతిక కళ్ళు చూడవు కాబట్టి, వారి ఆధ్యాత్మిక కన్ను చాలా ప్రభావవంతంగా ఉండాలి. అంధులు స్పర్శతో అనుభూతి చెందడం ద్వారా బండి రూపాన్ని వర్ణించలేరు.

……….

242. శబ్దం ప్రపంచం నుండి ఉత్పన్నమవుతుందా లేదా ప్రపంచం శబ్దం నుండి ఉత్పన్నమవుతుందా? కారణం నుండి ప్రభావం లేదా ప్రభావం నుండి కారణం? ప్రపంచం ధ్వని నుండి ఉత్పన్నమవుతుంది. ధ్వని నుండి రూపం మరియు రూపం ఉన్న ప్రపంచం ఉత్పత్తి అవుతుంది. కారణం నుండి ప్రభావం. కారణం ఎక్కడ నుండి వచ్చింది? కారణం మరియు ప్రభావం ఆత్మ నుండి వచ్చాయి. కారణం మరియు ప్రభావం తనకు బానిసలుగా ఉండాలి. ఈ రెండూ ఆత్మ నుండి. ఈ ఆత్మ కారణాన్ని మరియు ప్రభావాన్ని గ్రహిస్తుంది మరియు ఒకటిగా మారుతుంది (విభజింపలేనిది). ఆత్మ సృష్టించే మాయ ఆత్మ ద్వారా నాశనం అవుతుంది. అబద్ధం ఒక అబద్ధం. మీరు అబద్ధాన్ని నమ్మితే, మీరు అబద్ధం చెప్పాలి. మీరు సత్యాన్ని నమ్మితే, మీరు నిజం చెప్పాలి. అబద్ధం చెప్పే వారికి వారి గురించి నిజం లేదు; వారి నుండి వేరుగా అబద్ధం లేదు, కానీ అది వారితో ఒకటి. అబద్ధానికి కారణం ఏమిటి? వారి మనస్సు అబద్ధానికి అలవాటుపడుతుంది మరియు వారు దానిని అబద్ధమని భావించరు. వారు అబద్ధాన్ని ఒక ప్రత్యేక విషయంగా భావించరు. వారు (అసత్యం) చెడు అని తెలుసుకుంటే, వారి మనస్సు అసత్యం వైపు మొగ్గు చూపదు. అప్పుడు వారు సత్యం అనే ప్రత్యేక విషయం ఉందని భావిస్తారు. అప్పుడు వారు మంచిని పొందుతారు. అప్పుడు వారు సరైన మార్గాన్ని తెలుసుకుంటారు.

……….

243. అన్ని నదులు సముద్రంలోకి ప్రవేశించినట్లే, మంచి మరియు చెడు రెండూ ఆత్మలోకి ప్రవేశిస్తాయి. రెండూ ఆత్మకు అర్పించబడతాయి. మంచి మరియు చెడు రెండూ ఆత్మ నుండి వచ్చినవే. అవి దేని నుండి వచ్చాయో దానిలోకి ప్రవేశిస్తాయి. మంచి మరియు చెడు చర్యలకు మనస్సు కారణం. మనస్సు ఆత్మ యొక్క శక్తి

(సాధనం). దానిని ఎవరూ పెంచలేరు లేదా తగ్గించలేరు (ఆత్మ శక్తి). ఏమి జరుగుతుందో అది జరుగుతుంది. శాశ్వత చట్టం ప్రకారం అది ఒకే విధంగా జరుగుతుంది.

....

244. విత్తనం చెట్టు నుండి రాదు. విత్తనమే ప్రారంభం. ఒక విత్తనం చెట్టు నుండి పడిపోతుంది మరియు ఆ విత్తనం ఒక చిన్న మొక్కగా పెరుగుతుంది, అది చెట్టుగా పెరుగుతుంది. మళ్ళీ మళ్ళీ, చెట్లు విత్తనాల నుండి పెరుగుతాయి. సృష్టి కూడా అంతే. విత్తనంలో ప్రారంభం ఉంటుంది కానీ ముగింపు లేదు. మీరు ఎక్కడ చూసినా, మీరు ఒకే విత్తనాన్ని చూస్తారు.

....

245. సందేహం లేని వారు, ఈ సందేహం లేని స్థితి మనస్సు యొక్క ఏకాభిప్రాయానికి మార్గం అని కనుగొంటారు. సందేహించే వ్యక్తి యొక్క తెలివి చిన్నది (పరిమితం).

వారు ఎక్కడ చూసినా, వారికి సందేహం తప్ప మరేమీ కనిపించదు. ప్రతి ఒక్కరూ తమ స్వభావానికి లోబడి ఉంటారు. ఒకరికి లేని గుణాన్ని కనుగొనడానికి వేరే కారణం లేదు. వణుకుతున్న నీటిలో, మనిషి తన నీడను చూడలేడు. నిశ్చల నీటిలో, మనిషి తన నీడను సరిగ్గా చూడగలడు. అదేవిధంగా, చంచలమైన మనస్సు గల వ్యక్తికి, అతని నిజమైన స్వభావం కనిపించదు. స్థిరమైన మనస్సు గల వ్యక్తికి, అతను ఎక్కడ చూసినా, అతను ఒకే ఒక్కడిని, అవిభాజ్యతను చూస్తాడు. అతను ఇతరులలో తనను తాను చూస్తాడు. మీరు ఎరుపు కళ్ళజోడు ధరిస్తే మీకు ప్రతిదీ ఎరుపుగా కనిపిస్తుంది. మీరు ఆకుపచ్చ రంగును చూడలేరు. ప్రతి ఒక్కరూ తాను అనుకున్న విధంగా చూస్తారు.

....

246. నువ్వు గొడుగు ఎందుకు పట్టుకుంటావు? వర్షం నీ మీద పడకుండా ఉండటానికి. వర్షం మాయ. సత్యమే గొడుగు. చిత్తం (దృఢమైన మనస్సు) అనేది గొడుగు యొక్క పిడి. ప్రతిదానిలోనూ నిజం ఉంది. కానీ ఆ సత్యాన్ని గ్రహించిన వారు చాలా తక్కువ. మాయ ఆత్మ నుండి వచ్చింది. కానీ ఆత్మ మాయ నుండి రాలేదు. ప్రధానమంత్రి రాజు నుండి వచ్చాడు. ప్రధానమంత్రి రాజు కాదు. మనస్సు ఆత్మ కాదు. మనస్సు ఆత్మ యొక్క ప్రతిబింబం. మనస్సు ఆత్మ కంటే రెండు స్థాయిలు తక్కువ. మనస్సు విధ్వంసానికి లోనవుతుంది; ఆత్మ నాశనం చేయలేనిది. ఇంద్రియాలకు సంబంధించిన వివిధ వస్తువుల ద్వారా మనస్సు భ్రమించబడుతుంది. త్రిగుణాలు అనే త్రిగుణాల వల్ల కలిగే మాయకు ఆత్మ లోనవుతుంది. మనస్సు మూడు గుణాలకు లోనవుతుంది. మనస్సు ఆత్మ యొక్క ఒక భాగం అని మనం చెప్పినప్పుడు, నది సముద్రానికి ఉన్నట్లే మనం మానవ మనస్సు ఆత్మకు సంబంధించినది. ఆత్మ సముద్రం; దాని నీరు కొలవలేనిది మరియు అంతులేనిది. అదేవిధంగా, ఆత్మకు ప్రారంభం లేదా ముగింపు లేదు. ఆత్మ ఎక్కడి నుంచో రాలేదు, ఎక్కడికీ వెళ్ళడు. ఆత్మ అంతటా ఉంది. ఆత్మ తప్ప మరేదీ లేదు. మీకు ముందు, వెనుక అనే సృష్టి అంతా మీకు తెలియని విషయం.

....

247. ప్రాణశక్తి బాహ్య దిశలో కదిలినప్పుడు; ఇంద్రియ వస్తువుల పట్ల కోరిక పుడుతుంది. అది మనస్సుగా వ్యక్తమవుతుంది మరియు అది రెండు, మూడు మరియు ఆరుగా విభజించబడింది మరియు ఉపవిభజన చేయబడింది. ఆ విధంగా "ప్రపంచం" అని పిలువబడేది ఉనికిలోకి వస్తుంది. ఈ ప్రపంచం నుండి అన్ని లక్షణాలు (మంచి మరియు చెడు) ఉనికిలోకి వస్తాయి. ఐదు కర్మ అవయవాలు భూమికి సంబంధించినవి. ఐదు ప్రధాన ఇంద్రియాలు అంతరిక్షానికి సంబంధించినవి. కర్మ అవయవాలు సత్-గుణానికి చెందినవి అని అంటారు. ఇంద్రియాలను జయించినవాడు స్వేచ్ఛా పురుషుడు. అటువంటి మనిషికి, సంతృప్తి అతని నుండే వస్తుంది.

....

248. బ్రాహ్మణుడి గురించి ఆలోచించండి మరియు ఆలోచించండి. మనస్సు భిన్నంగా అనిపించినప్పటికీ, అది ఒకటి మరియు ఒకటి. అది ఒక కోణంగా ఉన్నప్పుడు మనస్సు నిజంగా గొప్పది. ఈ మనస్సు శాశ్వతమైన "మనస్సు". ఈ శాశ్వతమైన మనస్సు "సర్వోన్నత ఆనందం" (ఆనందం). ఈ శాశ్వతమైన మనస్సును "చిదాకశ్" (స్పృహ స్థలం) అంటారు. పరిశుభ్రమైన మనస్సు ఒక పరిశుభ్రమైన స్థలం. పరిశుభ్రమైన స్థలం "సిద్ధి" (సంతృప్తి). ఈ పరిశుభ్రమైన స్థలం యోగ (దేవునితో ఐక్యత). ఈ పరిశుభ్రమైన స్థలం హృదయం. మీరు ఈ పరిశుభ్రమైన ప్రదేశంలో కదిలినప్పుడు, అది "సంతృప్తి". మీరు ఈ పరిశుభ్రమైన ప్రదేశంలో కదిలినప్పుడు, "మీరు" మరియు "నేను" మధ్య వ్యత్యాసం అదృశ్యమవుతుంది. ఈ పరిశుభ్రమైన స్థలంలో ముక్తి (బంధనం నుండి విముక్తి), భక్తి (దేవుని పట్ల నిస్వార్థ ప్రేమ), శక్తి (శక్తి) మరియు తగిన మార్గం ఉన్నాయి. ఈ పరిశుభ్రమైన స్థలం బుద్ధి (బుద్ధి). జీవుడు ఈ పరిశుభ్రమైన ప్రదేశంలో నివసించినప్పుడు, ఇంద్రియ వస్తువులకు అనుబంధాలు దగ్ధమవుతాయి. ఈ పరిశుభ్రమైన స్థలం బ్రహ్మ రంధ్ర (బ్రహ్మ నివసించే కుహరం). రాజయోగం మెడ పైన ఉంటుంది. "రంగు కుహరం" అని పిలువబడేది మెడ పైన ఉంటుంది.

....

249. మంత్రం ఈ బ్రహ్మ రంధ్రమే. మంత్రం ప్రాణానికి మంత్రి. ఈ ప్రాణ ప్రధాన మంత్రి ఆత్మ బిందువు (ఆత్మ బిందువు, ఇది స్థలరహితం, కాలరహితం, కారణం లేనిది). దీని మధ్యలో శాశ్వత మంత్రం ఉంది. దీని మధ్యలో "చిదాకాశం" ఉంది. ఈ చిదాకాశం చిత్. ఇది అత్యున్నత ఆనందం. ఇది అత్యున్నత ఔషధం. ఈ అత్యున్నత ఔషధం "తత్వమసి" అనే మంత్రం కలిగిన అత్యున్నత గురువు; అది నీవే; అది నీవే.

....

250. మనిషిని మనిషి అని ఎందుకు అంటారు? నిజమైన మనిషి అంటే ఆలోచించేవాడు (మననం చేసేవాడు). బ్రహ్మానికి దారితీసే మార్గం మీకు తెలియకపోతే, మీరు మళ్ళీ మళ్ళీ పుడతారు. మీకు మార్గం తెలియకపోతే, మీకు సంతృప్తి ఉండదు. ఈ సంతృప్తి ఫలితాల పట్ల అనుబంధం లేకుండా మీ విధిని చేయడంలో ఉంటుంది. కర్మ

ఫలితాల పట్ల అనుబంధం లేని ఈ భావనను ముక్తి అంటారు. దీనిని అత్యున్నత ఆనందం అని కూడా అంటారు. కోరిక నరకం. కోరికలు లేకపోవడం అత్యున్నత ఆనందం. అత్యున్నత స్థానం శివశక్తి. శివశక్తి దృశ్య మరియు అదృశ్య రెండింటినీ తెలిసినది.

....

251. ఆత్మ అనేది ఇంద్రియాల ద్వారా గ్రహించబడదు. ఆత్మ ఇంద్రియాల నుండి చాలా భిన్నంగా ఉంటుంది. అది జ్ఞానానికి గ్రహించదగినది. ఇది శరీర భావన నుండి విముక్తి పొందింది. ఇంద్రియాల యొక్క నిజమైన స్వభావాన్ని తెలుసుకుని, ఆ జ్ఞానం ప్రకారం ప్రవర్తించే యోగులు. వారిని "మహాత్ములు" అని పిలుస్తారు, వారు చెప్పేది వేదవాక్యం. వారు చింతపండు గింజల లాంటివారు. చింతపండు పదార్థం స్పర్శకు అంటుకుంటుంది. కానీ విత్తనం పూర్తిగా స్వచ్ఛమైనది. మహాత్ముడి హృదయం చింతపండు గింజ లాంటిది పూర్తిగా స్వచ్ఛమైనది. ఈ మహాత్ములు ఎప్పుడూ చిన్నవారు. జ్ఞానికి, వయస్సు-ఆలోచన లేదు.

....

252. దీపంలో నూనె నింపి వత్తి వెలిగించండి. నూనె తగ్గినప్పుడు, వత్తి క్రిందికి దిగి వస్తుంది మరియు వెలుతురు తగ్గుతూ ఉంటుంది. మళ్ళీ దీపానికి నూనె సరఫరా చేసి వత్తి వెలిగిస్తే, వెలుగు మునుపటిలాగే ప్రకాశిస్తుంది.

జ్ఞాని యొక్క అంతర్గత జీవితం కూడా అంతే. వారి మానసిక జీవితం నీటిలో ఉంచిన వెన్న లాంటిది. వెన్న నీటిలో మునిగిపోదు. అది నీటి పైన తేలుతుంది. శరీరం నీరు లాంటిది మరియు వెన్న, ఆత్మ, సూక్ష్మ తెలివితేటలు తలలో కేంద్రీకృతమై ఉండాలి. తెలివితేటలు సుషుమ్న పైభాగంలో కేంద్రీకృతమై ఉండాలి. మనస్సు మరియు బుద్ధి రెండూ తలలో ఉండాలి. మనస్సు బుద్ధిలో ఉండాలి; బుద్ధి మనస్సులో ఉండాలి. వివక్షత బుధి నుండి వస్తుంది మరియు వివక్షత నుండి జీవాత్మ మరియు పరమాత్మల కలయిక ఏర్పడుతుంది.

....

253. ఒక కొబ్బరికాయ నుండి అనేక కొబ్బరికాయలు ఉత్పత్తి అవుతాయి. కొబ్బరి చెట్టు అడుగున ఉన్న కాండాన్ని నరికితే, కొబ్బరికాయల ఉత్పత్తి ఆగిపోతుంది. కాండము లాంటి వాసన (అనుబంధం) వివక్షత అనే గొడ్డలి ద్వారా మూలంలో కత్తిరించబడాలి. అప్పుడు శాంతి వస్తుంది. సాధు-గుణ, సత్వగుణ, మరియు శాంతి మరియు అటువంటి అన్ని లక్షణాల యొక్క లక్షణ లక్షణాలు అనుబంధం లేకపోవడం నుండి వస్తాయి. బుద్ధి స్థిరంగా మారినప్పుడు, దానిని సత్వగుణం అంటారు. సత్ (సత్యం) రాతిపై చెక్కబడిన అక్షరాల లాంటిది. ప్రాపంచిక సంభాషణ, సుద్ద పలకపై చెక్కబడిన అక్షరాల లాంటిది.

....

254. ఒకసారి బావిలోని నీటిని ఖాళీ చేయాలి. బురద అంతా తొలగించాలి. అప్పుడు వచ్చే నీరు అత్యంత స్వచ్ఛమైనది. జ్ఞానము ఈ స్వచ్ఛమైన నీటి లాంటిది. మీరు "నేను" మరియు "నాది" అనే ఆలోచనను

తగలబెట్టిన తర్వాత, ఇంద్రియ వస్తువుల పట్ల అనుబంధం లేకపోవడం దాని స్వంత సంకల్పం వల్లనే జరుగుతుంది.

....

255. ఒక మనిషి కాగితంపై రాయడం నేర్చుకున్నప్పుడు, నేలపై ఇసుక మీద రాయడం సాధన చేయనవసరం లేదు. అదేవిధంగా, ఒక మనిషి నాణ్యత లేని బ్రహ్మాన్ని పొందినప్పుడు, అతను గుణాలతో బ్రహ్మంలోకి దిగిపోడు. పాలను మజ్జిగగా మార్చినప్పుడు, రెండోదాన్ని మళ్ళీ పాలుగా మార్చవచ్చా?

....

256. పాలు కొనడానికి వచ్చిన వారు ఆవు ధర ఎంత అని అడగకూడదు. అదేవిధంగా, ఆత్మను కోరుకునేవారు శరీరం గురించి తమను తాము ఇబ్బంది పెట్టకూడదు. ఆత్మను పొందిన వ్యక్తి కొబ్బరికాయలోని ఎండిన గింజ లాంటివాడు, అంటే అతనికి శరీరంతో అనుబంధం ఉండదు. తాడును కాల్చి బూడిద చేసినప్పుడు, దానిని మళ్ళీ తాడుగా మార్చలేము. ఏ మనిషి మరొక మనిషికి చెడు చేయలేడు. ఒక మనిషి తన స్వంత ఆలోచన ప్రకారం మంచివాడు లేదా చెడువాడు అవుతాడు. మరొక వ్యక్తి కారణం అని మనం చెప్పినప్పుడు, దానికి సూక్ష్మమైన అర్థం ఉంటుంది. పడవ కదలడానికి చేతితో నెట్టాలి.

అదేవిధంగా, ఆత్మ జ్ఞానానికి గురువుగా ఎవరైనా ఉండాలి. పడవ అవతలి ఒడ్డుకు చేరుకున్నప్పుడు, పడవ నడిపేవారి సహాయం ఇక అవసరం లేదు. ప్రవాహం నీటిలోని పడవ లాంటిదా? శరీరంలోని ఆత్మ కూడా అంతే. పాదాలు బురదతో మురికిగా ఉన్నాయనుకుందాం. బురదను కడుక్కోవడానికి, మనం నీరు ఉన్న ప్రదేశానికి వెళ్ళాలి. నీటిని తాకడానికి భయపడితే, బురదను ఎలా కొట్టుకుపోతారు? మీరు ఒక చేత్తో మాత్రమే శబ్దం చేయలేరు. రెండు చేతులు ఒకదానికొకటి కొట్టుకున్నప్పుడు, మీరు శక్తి గురించి స్పృహలో ఉంటారు, (శబ్దం ఉత్పత్తి అవుతుంది).

అన్ని వేళ్లు ఒకే పరిమాణంలో లేకపోయినా, మీరు భోజనం చేసినప్పుడు, అవి ఒకే పరిమాణానికి వస్తాయి. కాబట్టి, మీ అనుభవం పరిణతి చెందినప్పుడు, మీరు ఒకే, విడదీయరాని వ్యక్తిని చూస్తారు. గురువుపై విశ్వాసం ఒక నక్క ఏడుపు లాంటిది. అన్ని నక్కల ఏడుపు ఒకేలా ఉన్నట్లే, అన్ని సాధువుల హృదయాలు కూడా ఒకేలా ఉంటాయి. బావిలోని నీరు అన్ని స్థాయిలలో ఒకేలా ఉంటుంది. ఒకే బావిలో రెండు నీరు ఉండవు. అలాగే, అన్ని చలించే మరియు నిశ్చల జీవులలో ప్రాణశక్తి ఒకేలా ఉంటుంది. అదేవిధంగా, సూర్యుడు మరియు చంద్రులలో శక్తి ఒకటే. ఆత్మ అంతరిక్షంలో ఉంది మరియు అంతరిక్షం ఆత్మలో ఉంది. దీనిని గ్రహించిన వారు ఆనందంతో పాడతారు. వారికి "ఆనంద కుండలిని" (మనిషిలో ఆనందాన్ని ఉత్పత్తి చేసే సర్ప శక్తి) తెలుసు. వారు ఈ కుండలిని ఎక్కడ ఉందో తెలుసుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తారు. దానిని కనుగొన్న తర్వాత వారు ప్రాణాయామం ద్వారా దానిలో చేరతారు. వారు పదే పదే ప్రాణాయామం చేయడం ద్వారా దానిలో చేరాలి; వారు భక్తిని గ్రహించాలి; వారు ముక్తిని గ్రహించాలి. వారు జనన మరణాలను రెండింటినీ జయించాలి మరియు అన్నింటినీ

మరచిపోవాలి. మృత్యువును, దానితో ముడిపడి ఉన్న వాటిని జయించాలి. మాయ యొక్క నిజమైన స్వభావాన్ని అర్థం చేసుకోవాలి. నిత్యానందాన్ని (శాశ్వత ఆనందం) గ్రహించాలి. ఓ మనస్సే! ఈ శాశ్వత ఆనందంతో ఏకం అవ్వండి. ఈ శాశ్వత ఆనందంతో (ఆనందం) ఏకం అయిన మనస్సును ఆస్వాదించండి. పరమాత్మతో ఏకం అవ్వండి. ఓ మనస్సే! బాహ్య ప్రపంచం కరిగి పరమాత్మతో ఏకం కావాలి. పరమాత్మతో ఏకమైన వ్యక్తి తన జన్మ లక్ష్యాన్ని సాధించాడు. పరమాత్మపై తన మనస్సును కేంద్రీకరించాలి. పరమాత్మతో ఏకం కావాలి. మేల్కొనే స్థితి, కలల స్థితి, నిద్రా స్థితి తుప్పు పరమాత్మలో కరిగి ఒకటిగా మారతాయి. విచక్షణా శక్తి (బుద్ధి) ఆత్మజ్ఞానానికి కీలకం, మరియు ఆ తాళం చెవి ఎల్లప్పుడూ చేతిలో ఉండాలి. నిధి పెట్టెను కలిగి ఉన్న వ్యక్తి పెట్టె తాళం చెవి గురించి చాలా జాగ్రత్తగా ఉండాలి కాబట్టి, బుద్ధి మెదడులో కేంద్రీకృతమై ఉండాలి. నీరు నిప్పు మీద ఉంచినంత వరకు మాత్రమే వేడిగా ఉంటుంది; కానీ పాత్రను నేలపై ఉంచినప్పుడు, నీరు చల్లగా మరియు చల్లగా మారుతుంది. మన బుద్ధి నిప్పు మీద ఉంచిన నీటిలా ఉండాలి. అదేవిధంగా, విశ్వాసం స్థిరంగా ఉండాలి. జీవుడు ఒక గదిలో కట్టబడిన దూడ లాంటివాడు. దూడ ఎల్లప్పుడూ గది నుండి బయటకు వెళ్ళడానికి చాలా ఆసక్తిగా ఉంటుంది. అలాగే, జీవుడు అమృతం (అమృతం) లాంటి జ్ఞానాన్ని త్రాగడానికి చాలా ఆసక్తిగా ఉంటాడు.

……….

257. ధారణ అనేది బుధి యొక్క విచక్షణా శక్తిని పెంచే సాధనం. ధారణ అనేది ముక్తికి మార్గం. ధారణ అనేది అత్యున్నత స్థితికి దారితీసే మార్గం. ప్రాణం (జీవశక్తి) స్థిరంగా మారడానికి, ధారణ అనేది ఒక సాధనం. జీవశక్తి స్థిరంగా మారినప్పుడు, మనస్సు స్థిరంగా మారుతుంది. ప్రాణానికి "పైకి" దిశ ఇవ్వబడినప్పుడు, జ్ఞానము ప్రతి నాడిలోకి ప్రవేశిస్తుంది మరియు శాంతి ఫలితం అవుతుంది. అప్పుడు ప్రకృతి మరియు సూక్ష్మం వేరు చేయబడతాయి. అప్పుడు యోగం వల్ల కలిగే శక్తులు మనశ్శాంతి, క్షమ, సహనం - ఇవి బుధిలో అనుభవమవుతాయి. స్థిరమైన ధారణను ఆచరించే వారు మొత్తం బాహ్య ప్రపంచం తమలోనే ఉందని భావిస్తారు. మనస్సులో చాలా స్థిరంగా ఉండి, శాశ్వత ఆనందాన్ని (నిత్యానందాన్ని) ఆస్వాదించాలి. ఆత్మ అన్ని కర్మలకు మరియు లాంఛనాలకు అతీతమైనది. కర్మ అనేది అనుబంధం లేకుండా చేసేది. నిస్వార్థంగా కర్మలు చేస్తే మనిషి పాపం నుండి విముక్తి పొందుతాడు. కర్మ అంటే కర్మ లేని మరియు మోహం లేని ఆత్మ జ్ఞానం ద్వారా చేయబడినది.

……….

258. ఆత్మ అనేది ఇంద్రియాలకు గ్రాహ్యమైనది కాదు, అది బుద్ధి ద్వారా గ్రహించబడుతుంది (బుద్ధి). అది రూపం మరియు గుణాలతో కూడిన వస్తువుగా గ్రాహ్యమైనది కాదు. శరీరంపై దృష్టి కేంద్రీకరించబడిన వారికి, శాంతిని పొందడం చాలా కష్టం. ఆత్మను చూడటం కూడా వారికి చాలా కష్టం. కనిపించే దాని పట్ల శ్రద్ధను తగ్గించాలి. కనిపించని దాని పట్ల ప్రేమను పెంచాలి. కనిపించే దాని వైపు దృష్టి కేంద్రీకరించబడినంత కాలం, బాధ

మరియు ఆనందం ద్వంద్వంగా కనిపించవచ్చు. కానీ అదృశ్యం వైపు దృష్టి కేంద్రీకరించబడినప్పుడు, ద్వంద్వ భావన అదృశ్యమవుతుంది.

....

259. "ఓం" అనే పవిత్ర అక్షరం ఆకాశంలో తుఫాను లాంటిది. ఓం అనేది ప్రారంభం లేదా ముగింపు లేనిది, "ఓంకారం" అనేది ఒక నాటకంలో వేదిక నిర్వాహకుడి లాంటిది. ఇది మనుషుల శరీరాల ద్వారా పనిచేసేటప్పుడు, ఆ శరీరాలు "ఓంకారం" ద్వారా వ్యాపించి ఉంటాయి. ఈ అక్షరం మన లోపల, మన వెలుపల మరియు ప్రతిచోటా ఉంది. ఉన్న ప్రతిదానికీ ఇది కారణం. మనం దానిని ఎక్కడైనా స్పృహలోకి తీసుకురావాల్సిన అవసరం లేదు. ఆ శబ్దం ప్రతిదానిలోనూ ఉంటుంది. మనం దానిని విడిగా జ్ఞాపకం చేసుకోవలసిన అవసరం లేదు. ఈ శక్తి విభజించబడదు కానీ విభజించలేనిది. ఈ శబ్దం ప్రతి జంతువులో ఉంటుంది. జంతువులు ఏ శబ్దాన్ని ఉత్పత్తి చేసినా, అది "ఓంకారం" తప్ప మరొకటి కాదు. ప్రణవం అని పిలువబడేది "ఓంకారం" కి మరొక పేరు. అది ప్రాణంతో ఐక్యమై శరీరంలో కదులుతున్నప్పుడు, దానిని "ప్రాణవం" అంటారు. ప్రకృతి మరియు సూక్ష్మ (అంటే, భౌతిక మరియు భౌతికేతర) "స్థూలం" మరియు "సూక్ష్మం" వేరుగా ఉన్నప్పుడు, అది ప్రణవం. మనం రెండూ ఒకటిగా భావించినప్పుడు, దానిని ఏకత్వం యొక్క భావన అంటారు. ఇది "ఓంకార్" తో సమానంగా ఉంటుంది. ఆ సమయంలో, ఒకరు "ప్రతిచోటా ఆన్" అని చూస్తారు. మీరు విశ్వాసంతో పూజించేది అన్నీ అవుతుంది.

....

260. "ఓంకారం" అనే ఆ శక్తి విశ్వమంతా వ్యాపించి నిరాకారంగా ఉంటుంది. అది అన్నింటిలోనూ వెలుగు మరియు అన్నింటి వెలుగు. అజ్ఞానం మరియు జ్ఞానం కేవలం మాయాజాలం, అంటే వాస్తవాలు కావు. "ఏకత్వాన్ని" గ్రహించిన వ్యక్తిని ఆనందం మరియు దుఃఖం ఎప్పటికీ తాకవు.

261. మీకు ‘‘మానస్’’ ఉంటే, మీకు అన్నీ కావాలి. మీకు ‘‘మానస్’’ లేకపోతే, మీకు ఏమీ అక్కర్లేదు. మీకు ‘‘మానస్’’ ఉంటే, దేవుడు మీ కోసం ఒక ప్రత్యేక జీవి అవుతాడు. మీరు ‘‘మనస్’’ ను ‘‘బుద్ధి’’లో విలీనం చేసినప్పుడు, మీకు ప్రత్యేక దేవుడు లేడు. అన్నీ ఒకటిగా కనిపిస్తాయి. మీకు కోరిక ఉంటే, మీకు ప్రత్యేక దేవుడు కావాలి, ఎందుకంటే మీ కోరికను నెరవేర్చుకోవడానికి దేవుని సహాయం అవసరం. అప్పుడు ‘‘మానస్’’ ఇంద్రియాల యొక్క వివిధ వస్తువులను వెంబడించి వివిధ విషయాల గురించి ‘‘సందేహం’’ కలిగిస్తుంది. అప్పుడు ఒక విగ్రహం లేదా చిత్రం యొక్క అవసరాన్ని ఒకరు అనుభవిస్తారు. కారణం మరియు ప్రభావం రెండు ప్రత్యేక వర్గాలుగా కనిపిస్తాయి. విగ్రహ పూజ మాయ లేదా అజ్ఞానం వల్ల జరుగుతుంది.

....

262. "ఆకాశ్" అని పిలువబడేది పైకి దిశలో ఉంటుంది. "పురుషుడు" అని పిలువబడేది సూక్ష్మ స్థితి. "స్త్రీ" అని పిలువబడేది ప్రకృతి.

....

263. కోరికలు లేని మనుషులకు ప్రత్యేక దేవుడు అవసరం లేదు. వారు దేనికోసం ప్రయత్నించాల్సిన అవసరం లేదు. మనస్సు ఇంద్రియాలకు సంబంధించిన వివిధ వస్తువుల వెంట పరుగెత్తినప్పుడు, మనస్సును "ఒకే దృక్పథానికి" తీసుకురావడానికి, "సాధన" అని పిలవబడేది అవసరం. మనిషిలో నాడి కొట్టుకున్నంత కాలం, మరియు నాడి కొట్టుకున్నన్ని సార్లు మనిషి బుద్ధిపై దృష్టి పెట్టాలి. మానస్ ఇంద్రియాలతో ఏకం కాకూడదు. మీరు ఏమి చేసినా, మీ మనస్సు లోపలికి బుధిపై కేంద్రీకృతమై ఉండాలి. ఒక మనిషి నీటిలో మునిగిపోకుండా ఉండటానికి, అతను ఈత కొట్టడం నేర్చుకోవాలి. మాయను పరమ మాయ జయించాలి. మాయ అంటే ఏమిటి? మానస్ ఇంద్రియ వస్తువుల వెంట పరుగెత్తినప్పుడు, వివిధ రకాల కోరికలు సృష్టించబడతాయి. కొబ్బరి చెట్టును అంటిపెట్టుకుని ఉండేవాడే నువ్వే; కొబ్బరి చెట్టు నిన్ను అంటిపెట్టుకోదు.

అదేవిధంగా, మాయకు నిన్ను పట్టుకోవడానికి చేతులు మరియు కాళ్ళు ఉన్నాయా?

....

264. లక్ష్యరహితత సూక్ష్మమైన వాటిలో మాత్రమే అనుభూతి చెందుతుంది. వివక్షత అనేది బుద్ధితో కూడిన మనస్ లో ఒకటిగా మారడం. సమాధి అని పిలువబడేది అందరిలోనూ ఉన్న ఒక్కడిని చూడటం. సాధన ద్వారా, శరీరంలోని ఆత్మ యొక్క ఆరు శత్రువులను జయించాలి; అంటే కోరిక, కోపం మొదలైనవి. ఒక సాధకుడు, అంటే, భగవంతుని సాక్షాత్కారంలో అనుభవశూన్యుడు,

ఇతరుల గురించి చెడుగా మాట్లాడడు. అలా చేస్తే అతని పురోగతి కుంటుపడుతుంది. బరువైన రాయిని ఉంచిన మొలకలాగా. ఒక సాధకుడు తన సాధనను ఒక ఘటికా (24 నిమిషాలు) కూడా విశ్రాంతి తీసుకోకూడదు. మనస్సు నిరంతరం సాధనలో నిమగ్నమై ఉండాలి.

....

265. ప్రాణాన్ని గొప్ప విశ్వాసంతో పైకి స్థిరంగా స్థిరపరచాలి. అదే ముక్తికి మార్గం. ఈ శరీరం ఆత్మకు గుహ లాంటిది, మరియు ఈ చరణంలో, శాశ్వతమైన ఆత్మ నివసిస్తుంది. యోగం అంటే ఒకటి కావడం. రెండూ ఒకటి అయినప్పుడు, అది యోగం. మనస్సు మరియు బుద్ధి ఒకటైనప్పుడు, దానిని యోగం అంటారు. జీవుడు బుద్ధి మార్గంలో ప్రయాణించి బ్రహ్మరంధ్రంలోకి ప్రవేశించినప్పుడు, దానిని యోగం అంటారు.

భక్తి, తర్కం మరియు శక్తి ఈ మూడు ఒక్కటిగా మారి ఓంకారంగా మారుతాయి. అహంకారం ఓంకారంలో కలిసిపోతుంది. కర్పూరం అగ్నిలో మునిగిపోయినట్లే, మనస్సు మరియు బుధి ఒకదానితో ఒకటి కలిసిపోతాయి. నిద్రలోకి ఊగుతున్న చిన్న పిల్లల్లాగే, బుధిలో ఉంచబడిన చిత్త, "నేను" ఎవరో తెలుసుకోవాలి.

....

266. 0 మనసు! ఆనందుని ఇంట్లోకి ప్రవేశించు! ఆ ప్రాంతమంతా వరదల్లో మునిగిపోయినప్పుడు, ఆ ప్రాంతంలోని బావులు మరియు ట్యాంకులను మనం గుర్తించలేము. చీకటి ఉన్నందున, అక్కడ వెలుగు ఉందని

మనం ఊహించాలి. మీరు తీపి వస్తువులను రుచి చూసినప్పుడు, మింగడానికి ఘాటైన వస్తువులు ఉన్నాయని గుర్తుంచుకోండి. ఆత్మ శరీరం కాదని జీవుడు గ్రహించినప్పుడు జీవుని స్థితి ఎలా ఉంటుంది? అటువంటి ఆత్మలు వాటి సహజ స్థితిని పొందాయి.”!” మరియు “నాది” భౌతిక కళ్ళకు కనిపించవు. "అనారోగ్యం" మరియు "నాది" అనేవి ముక్కు కొన పైన కనిపించవు. వీటి పైన ఉన్న దానికి ప్రారంభం లేదా ముగింపు ఉండదు. కనిపించే వస్తువుకు ప్రారంభం మరియు ముగింపు ఉంటుంది. భౌతిక కంటికి ఆత్మ కనిపించదు కాబట్టి, ఆత్మకు ప్రారంభం మరియు ముగింపు ఉండదు. ఆత్మ ఎల్లప్పుడూ స్థిరంగా ఉంటుంది కాబట్టి ఆత్మ యొక్క శక్తిని తగ్గించడం అసాధ్యం. "స్థలం" ప్రతిచోటా సజాతీయంగా ఉన్నట్లే, ఆత్మ కూడా ప్రతిచోటా ఒకేలా ఉంటుంది. మనిషి తల లక్షలాది సూర్యుల కాంతికి నిలయం. ఏది పెద్దది, కన్ను లేదా సూర్యుడు? కన్ను చెడిపోతే, సూర్యుడిని చూడటం సాధ్యమేనా? కాబట్టి కన్ను మరింత ముఖ్యమైనది. బంగారు ప్రతిరూపాల రూపం మనస్సు యొక్క సృష్టి. ఒక మనిషిని ఫోటో తీసినప్పుడు, ఆ చిత్రం కూర్చున్న వ్యక్తి యొక్క భంగిమ ప్రకారం ఉంటుంది; ఫోటోగ్రాఫర్‌లోని సద్గుణాలు మరియు వ్యతిరేకతలు చిత్రంలో కనిపించవు.

....

267. ఫలం అనేది మనిషి అంతర్గత విశ్వాసం ప్రకారం ఉంటుంది. మంచి చెడులు ఆత్మకు సంబంధించినవి కావు. ఆత్మ, ఒక వస్తువు యొక్క ప్రతిబింబం లాగా, మనస్సు తాను తీసుకోవాలనుకునే రూపాన్ని తీసుకుంటుంది. జీవుడు పంజరంలో ఉన్న పక్షి లాంటివాడు; గూడు చెడిపోయినప్పుడు, పక్షి ప్రభావితం కాదు. పక్షి ఎగిరిపోతుంది. పక్షి కొత్త గూడును నిర్మించి ఆరు నెలల్లో, ఒక సంవత్సరంలో లేదా ఐదు నిమిషాల్లో దానిలోకి ప్రవేశించవచ్చు. అది పక్షి ప్రయత్నాలపై ఆధారపడి ఉంటుంది. ఈ ప్రదేశం నుండి రైల్వే స్టేషన్‌కు, మీరు 24 నిమిషాల్లో లేదా ఒక నెలలో వెళ్ళవచ్చు.

....

268. వైరాగ్యం (కోరికలు లేకపోవడం) స్థిరంగా ఉండాలంటే సాధన (సాధన) అవసరం. వైరాగ్యం శాశ్వతంగా ఉండాలంటే మనకు సాధన ఉండాలి. వైరాగ్యం శరీరానికి సంబంధించినది కాదు. బాహ్య మరియు అంతర్గత కారణాలు మరియు ప్రభావాలన్నింటిలోనూ మనస్సు స్థిరంగా ఉన్నప్పుడు, వ్యక్తి ఆత్మను చూస్తాడు. జ్ఞాన మరియు విజ్ఞానం యొక్క ఆలోచన లేనప్పుడు, వ్యక్తి ఆత్మను చూస్తాడు. ఒకరికి తెలిసినప్పటికీ అతనికి తెలుసు అని తెలియనప్పుడు, వ్యక్తి ఆత్మను చూస్తాడు. ఆత్మను గ్రహించిన పురుషులు అంధుల వంటివారు; వారు విన్నప్పటికీ చెవిటివారిలా ఉంటారు; వారు చేస్తారు కానీ వారు ఏమి చేస్తారో వారికి తెలియదు. ఇంద్రియాలు పనిచేస్తున్నప్పుడు, అవి వాటితో విడిపోతాయి. కాబట్టి వారి చర్య వారికి నిష్క్రియాత్మకం. వారిలో, సృష్టి యొక్క ఆలోచన తక్కువగా ఉంటుంది; నిరాడంబరత యొక్క ఆలోచన ఎక్కువగా ఉంటుంది. వారి మతిమరుపు శక్తి గొప్పది కాబట్టి, వారి చర్యలు క్రియారహితం. వారి దృష్టి కొబ్బరి చిప్పపై కాదు, గింజపై

(ఆత్మపై, శరీరంపై కాదు) కేంద్రీకృతమై ఉంటుంది. వారు పాపం మరియు పుణ్యం రెండింటికీ అతీతంగా ఉంటారు. అవి నీటిలో పడవ లాంటివి. నీరు మరియు పడవ చాలా భిన్నంగా ఉన్నట్లే, అవి స్థూల మరియు సూక్ష్మాలను వేరుగా భావిస్తాయి. వారు శారీరక విధుల పట్ల ఉదాసీనంగా ఉంటారు కానీ జ్ఞానములో కేంద్రీకృతమై ఉంటారు. వారు చెరకు రసం తాగి బయటి చర్మాన్ని పారవేస్తారు. చక్కెర తయారైనప్పుడు, అది మళ్ళీ డబ్బాగా మారదు. సాధన ద్వారా, తాను ఆత్మ అని గ్రహించినప్పుడు, తాను శరీరం అనే ఆలోచన ఎప్పటికీ తిరిగి రాదు. పాత పాత్రలాగా, అవసరమైన మరమ్మతుల తర్వాత, కొత్త దాని మెరుపుతో ప్రకాశిస్తూ, వాసనలు నశించినప్పుడు, బుద్ధి స్వచ్ఛమైన సత్వ గుణంగా రూపాంతరం చెందుతుంది. అప్పుడు మనకు సంతృప్తి లభిస్తుంది.

....

269. బుద్ధి శుద్ధి కాకపోతే, తృప్తి పుట్టదు. బుద్ధి శుద్ధి కాకపోతే, చిత్తం స్థిరంగా ఉండదు. చిత్తం శుద్ధి కాకపోతే, మనిషి వాచక మాయ నుండి విముక్తి పొందలేడు. నీటిలో మంచును ఉంచినప్పుడు, రెండూ ఒకటి అవుతాయి. అదేవిధంగా, ఆత్మను గ్రహించిన మనిషి ఆత్మలో కలిసిపోతాడు. నదులు సముద్రంలోకి ప్రవేశించినట్లే, అన్ని వాసనలు ఆత్మలో కలిసిపోతాయి. ఆత్మ ఒక వస్తువు కాదు. కర్మ ఒక వస్తువు. స్టీమర్ సముద్రంలో ఉంది. చూసేవారికి, అది సముద్రపు నీటిని తాకినట్లు కనిపిస్తుంది, కానీ స్టీమర్ సముద్రపు నీటి నుండి చాలా భిన్నంగా ఉంటుంది. రెండింటి మధ్య ఎటువంటి సంబంధం లేదు. కాబట్టి మనిషి ప్రపంచ వ్యవహారాల్లో ఉండాలి. అతనికి ప్రాపంచిక విషయాలపై ఎటువంటి అనుబంధం ఉండకూడదు. బ్రాహ్మణులు (భట్లు) అరటి ఆకులు పరుచుకుని భోజనం వడ్డించడానికి ఆసక్తిగా ఎదురు చూస్తున్నట్లే, మనిషి మానసిక శుద్ధి మరియు ముక్తి కోసం వేచి ఉండాలి.

....

270. ఫలించని చెట్టును ఎవరూ చూడకూడదనుకుంటారు. మనిషిని మనిషి అని ఎందుకు పిలుస్తారు? అతనికి "మానస్" (ఆలోచనా శక్తి) ఉంది కాబట్టి, అతన్ని మనిషి అని పిలుస్తారు. "మానస్" వివిధ రకాల జ్ఞానాన్ని పొందాలి మరియు "శాంతి"తో ఐక్యమై, ఓంకారముతో ఏకం కావాలి. ముక్తి (శాశ్వత జీవితం) కోరుకునేవాడు "నేను శరీరం" అనే ఆలోచనను వెంటనే వదులుకోవాలి. అలాంటి వారు మాత్రమే ఆత్మను గ్రహించగలరు. "నేను ఈ శరీరం" అని భావించేవారికి, ఆత్మను చూడటం చాలా కష్టం. "నేను" మరియు "నాది" అనే ఆలోచనను గట్టిగా పట్టుకున్న వారు వెయ్యి సంవత్సరాలు సాధన చేయవచ్చు; అయినప్పటికీ వారు శాంతి యొక్క స్వల్ప భాగాన్ని కూడా పొందలేరు. ఒకరు నదిలో స్నానం చేస్తే, అతని శరీరం శుభ్రంగా మారుతుంది, అతను పరాయివాడు లేదా బ్రాహ్మణుడు లేదా పిల్లవాడు కావచ్చు. అదేవిధంగా, మనిషి యొక్క అంతర్గత స్థితి ఒకేలా ఉంటుంది, అయినప్పటికీ ప్రతి మనిషి యొక్క బాహ్య రూపం భిన్నంగా కనిపిస్తుంది. మిరపకాయలు, పుచ్చకాయలు మొదలైనవి ఒకే పొలంలో పెరగవచ్చు; ఒకదాని స్వభావం మరొకదాని కంటే భిన్నంగా ఉంటుంది. అగ్ని వేడిని అగ్ని దగ్గర కూర్చున్న వారు మాత్రమే అనుభవిస్తారు కానీ నీటిలో కూర్చున్న వారు

ఎప్పటికీ అనుభవించరు. శాంతి నీటిలా చల్లగా ఉంటుంది. మీరు ఆకలితో ఉండకముందే, ఆహారాన్ని తయారు చేసుకోవాలి. అలాగే, మీరు గృహస్థుడిగా మారే ముందు, మీరు గృహస్థుడి విధిని తెలుసుకోవాలి. గృహస్థుడు తన బాహ్య మరియు అంతర్గత విషయాలను సమానంగా స్వచ్ఛంగా కలిగి ఉండాలి. అతను కారణం మరియు ప్రభావం మధ్య స్పష్టమైన తేడాను గుర్తించాలి.

....

271. ఒక మనిషి గుర్రాన్ని ఎంతసేపైనా వ్యర్థంగా వెంబడించవచ్చు; గుర్రాన్ని స్వారీ చేయనివ్వండి. గుర్రం కాళ్ళను కట్టి త్వరగా దాని వీపుపైకి ఎక్కనివ్వండి. అలాగే, లౌకిక మానవులు తమ మనస్సును ఇంద్రియ వస్తువుల పట్ల అనుబంధం లేకుండా ఉంచుకోవాలి. తాటి ఆకుల గొడుగు నుండి నీరు జారిపోయినట్లే, మనిషి "నేనే కర్తను" అనే ఆలోచన నుండి విముక్తి పొందాలి. గృహస్థుడు ఆలయానికి అర్పించబడిన దూడలా ఉండాలి. అన్నీ బ్రాహ్మణుడికి అర్పించాలి. కానీ ఇలా చేసే వ్యక్తి దేవునికి దగ్గరగా ఉంటాడని మరియు దీన్ని ఇష్టపడని వ్యక్తి అతనికి దూరంగా ఉన్నాడని చెప్పలేము. వెయ్యి మంది ముందు మీరు ఒక వెలుగును ఉంచితే, అది ఎటువంటి తేడా లేకుండా అందరికీ చేరుతుంది. ఎవరైనా దానిని తీసుకోవచ్చు. వెలుగు ఉన్న చోట చీకటి ఉండదు. చీకటిలో వెలుగు ఉండదు. ఒకే సమయంలో రెండు కాదు, ఒకే విషయం (వెలుగు లేదా చీకటి) మాత్రమే ఉంటుంది. ఒకరి స్వభావం సూర్యుడిలా ఉండాలి; ఒకరి చిత్తం చంద్రుడిలా చల్లగా ఉండాలి.

....

272. వైరాగ్యం అనేది వస్త్రాన్ని కాల్చే అగ్నిలా ఉండాలి. వైరాగ్యం బాగా అభివృద్ధి చెందినప్పుడు, అంతర్గత (ఆత్మ) వైభవం కనిపిస్తుంది. శరీరం స్థిరంగా ఉండవచ్చు కానీ మనస్సు స్థిరంగా ఉండాలి. మనస్సు శుద్ధి చేయబడని వారికి అరుదుగా "సమాన దృష్టి" ఉంటుంది. సాధన చేయని వారికి, వారిలో సత్వ గుణాన్ని కలిగి ఉండటంలో చాలా కష్టం ఉంటుంది. సూక్ష్మ తెలివితేటలు సాధన ద్వారా అభివృద్ధి చెందుతాయి; మీరు సాధన చేయకపోతే, ప్రాపంచిక వస్తువుల కోరిక నాశనం కాదు. భూసంబంధమైన ఆస్తి కోసం, స్త్రీ కోసం మరియు బంగారం కోసం ఆరాటపడటం చల్లారడం కష్టం. మనిషి ఏమి సాధించగలడు? చిత్తం మూడు శక్తుల నుండి విముక్తి పొందినప్పుడు - సత్వ, రజస్ మరియు తమస్ - విముక్తి పొందినప్పుడు, దానిని "పురుషార్థం" అంటారు. మురికి నారను సబ్బు నీటిలో కడిగినప్పుడు శుభ్రంగా మారినట్లే, చిత్తాన్ని బుధి అనే సబ్బు నీటిలో కడగడం ద్వారా శుద్ధి చేయాలి మరియు అది స్థలం వలె స్వచ్ఛంగా ఉండాలి, మీరు యంత్రంపై కుట్టుపని నేర్చుకున్నప్పుడు, ప్రారంభంలో మీ దృష్టి కాళ్ళపై కాదు చేతులపై కేంద్రీకరించాలి. మనం మన దృష్టిని బుధిపై కేంద్రీకరించి, మనస్సును హృదయ స్థలంలో విలీనం చేసినప్పుడు, మనం "నిత్యానందం" అని పిలువబడే శాశ్వత శాంతిని పొందుతాము.

....

273. మనస్సు పవిత్రంగా ఉన్నవారు దేవుడిని తమకు నచ్చిన ఏ పేరుతోనైనా పిలుచుకోవచ్చు.

ప్రకృతి రైలు బండి లాంటిది; దానిలో ఉన్న వారు జ్ఞానము లాంటివారు; స్టేషన్లు "చక్రము" (శరీరంలో ఆరు కమలాలు) లాంటివి; చక్రాల లోపల "సూక్ష్మమైనది"; సూక్ష్మమైనది గొట్టం లోపల ఉంటుంది; సూక్ష్మమైన గొట్టం లోపల కుండలిని శక్తి ఉంటుంది; ఓంకార రూపంలో కుండలిని సూక్ష్మ గొట్టాలలో ఉంటుంది; ఈ "సూక్ష్మమైనది" అనుభవం ద్వారా తెలుసుకోవాలి.

....

274. ఒక వ్యక్తి కోట్లాది ధనవంతుడు. అందరూ ఒకేసారి లక్షాధికారులు కాలేరు. అది వారి గత కర్మలపై ఆధారపడి ఉంటుంది. ప్రతి ఒక్కరికీ వారి వారి అర్హతల ప్రకారం ప్రతిఫలం లభిస్తుంది. సముద్రంలో పుష్కలంగా నీరు ఉంది. కానీ ఒకరు తీసుకునే నీటి పరిమాణం వారు నీరు తీసుకురావడానికి తీసుకునే పాత్ర పరిమాణంపై ఆధారపడి ఉంటుంది.

ఫలం అనేది ఒకరి కర్మల వాసనలపై ఆధారపడి ఉంటుంది. పూర్వ జన్మల "వాసనల" కారణంగానే ఒక మనిషికి సాధువు బోధనలు వినాలనే కోరిక కలుగుతుంది.

ఈ "వాసనల" వల్లనే ప్రాపంచిక సుఖాలలో ఆనందం ఉండదు. పూర్వ జన్మల "వాసనల" ద్వారా మార్గనిర్దేశం చేయబడిన వారికి, ప్రత్యేక "వాసనలు" అవసరం లేదు. "వైరాగ్యం" అనేది పూర్వ జన్మల "వాసనల" ఫలితం. అటువంటి పురుషులకు, ఇది ముక్తి మార్గాన్ని అనుసరించే సమయం.

....

275. జ్ఞానము మరియు ముక్తిని పొందడానికి వయస్సును పరిగణనలోకి తీసుకోకూడదు. ఈ క్షణమే జ్ఞానము మరియు ముక్తిని పొందడానికి సమయం. ఒక వ్యక్తికి ఆకలి వేయగానే, అది భోజనం చేసే సమయం. ఆకలి లేని వారు ఆకలి తీరే వరకు భోజనం కోసం వేచి ఉండాలి. "భక్తి" తర్వాత తీవ్రమైన ఆకలి ఉండాలి. అగ్ని వేడి ఎంత ఎక్కువగా ఉంటే, నీరు మరిగే సమయం అంత ఎక్కువగా ఉంటుంది. "శ్రద్ధ" అనేది వేడి; శాంతి మెదడులోని మంచు లాంటిది. అది లోపల నిండిపోతుంది మరియు బయట వ్యక్తమవుతుంది.

అలాంటి వ్యక్తి అన్ని విధాలుగా సంతృప్తి చెందుతాడు మరియు అతని మనస్సు స్వచ్ఛంగా మారుతుంది. మనశ్శాంతి సాధించడానికి, దానధర్మాలు, ధర్మం లాంటివి ఏమీ ఖర్చవుతాయి. ఒకరు శాంతితో నిండి ఉన్నప్పుడు, అతని దగ్గర ఉన్నవారు కూడా శాంతితో సంక్రమిస్తారు. ఒక వ్యక్తి శాంతితో నిండి ఉంటే సరిపోతుంది. వెయ్యి మందిలో, ఒకరికి శాంతి ఉంటే, అతని చుట్టూ ఉన్న వారందరూ కొంత శాంతిని అనుభవిస్తారు. ఒక సాధువు ప్రాపంచిక ప్రజల సమూహంలోకి ప్రవేశించినప్పుడు, వేటగాడు పులిని సమీపించినప్పుడు పొందే శాంతిని కలిగి ఉండాలి. ప్రపంచంలో ఉండటానికి ఒక సాధువుకు అపారమైన శాంతి మరియు ఓర్పు ఉండాలి. వేలాది మంది ప్రాపంచిక ప్రజల మధ్య కదలడానికి శాంతి చాలా ఉపయోగపడుతుంది.

....

276. వివిధ రకాల కథనాలను ఒక ఉత్సవానికి తీసుకువస్తారు. అదేవిధంగా, శాంతిని వివిధ మార్గాల్లో ఆచరించాలి. మనం వేలాది మంది మధ్యలో ఉన్నప్పుడు, మనకు దృఢ సంకల్పం ఉండాలి. మీరు వేలాది మంది మధ్యలో ఉన్నారని (తప్పుగా) అనుకున్నప్పుడు, మీలో ద్వంద్వత్వం అనే ఆలోచన పుడుతుంది. భూమి సహాయం లేకుండా విమానం కదులుతున్నట్లే, శరీరం సహాయం లేకుండా పనిచేయడం నేర్చుకోవాలి. "నేను ఈ శరీరం కాదు" అనే దృఢ విశ్వాసం యొక్క కిరీటాన్ని హృదయంలో గట్టిగా నాటుకోవాలి. ఒక ప్రయాణికుడు చాలా సేపు ఎండలో ఉండి అలసిపోయిన తర్వాత, కొండవాలులోని చెట్టు నీడకు ఆశ్రయం కోసం వెళ్లి అక్కడ తన అలసటను మరచిపోతాడు. అలాగే, భగవంతుని అన్వేషణలో మనస్సు నిమగ్నమైన వారు, తమ ప్రాపంచిక ఆందోళనలన్నింటినీ మరచిపోతారు. నీడలో, సూర్యుని వేడి మరచిపోయినట్లే, "నాది" అనేది భగవంతునిలో కలిసిపోవడం ద్వారా మరచిపోతుంది. మనం ఇంటి లోపల ఉన్నప్పుడు, మనకు గొడుగు అవసరం లేదు; మనం ఇంటి వెలుపల వెళ్ళినప్పుడు మాత్రమే మనకు గొడుగు అవసరం. మీరు ఇంటి లోపల గొడుగు కోరుకోనట్లే, మీరు దేవుడు అనే గొప్ప ఇంట్లో ఉన్నప్పుడు కూడా, మీకు (మానవ ఇళ్లలో కనిపించే) ప్రాపంచిక ఆనందం అవసరం లేదు. ఒక వ్యక్తి ఇంటి తలుపు మూసివేసినప్పుడు, అతను ఇంటి లోపల ఉన్న వస్తువులను మాత్రమే చూస్తాడు. అతను తలుపులు తెరిచి బయటకు రానివ్వండి; అప్పుడు అతను బయట ఉన్నదాన్ని చూస్తాడు. అదేవిధంగా, మీరు "ఐదు ఇంద్రియాల" తలుపులను ఎలా మూసివేయాలో మరియు వాటిని ఎలా తెరవాలో నేర్చుకోవాలి. గిడ్డంగి తలుపులు మూసుకున్నప్పుడు, కొనడం మరియు అమ్మడం ఆగిపోతుంది. ఇంద్రియాల తలుపులు మూసుకున్నప్పుడు, బాహ్య ప్రపంచానికి మరియు "నేను" కి మధ్య ఉన్న వ్యత్యాసం అదృశ్యమవుతుంది. మీరు ఎల్లప్పుడూ ఇంద్రియాల గురించి జాగ్రత్తగా ఉండాలి. గుర్రాన్ని పగ్గాల సహాయంతో నియంత్రించినట్లుగా, మీరు మీ ఇంద్రియాలను విచక్షణ సహాయంతో నియంత్రించాలి. ఇంద్రియాలపై మీ దృష్టి గోడలో మేకులా స్థిరంగా ఉండాలి. బుద్ధి (తెలివి) తలలో కేంద్రీకృతమై ఉండాలి. మీ దృష్టి ఎల్లప్పుడూ మెడ పైన ఉండాలి; ఎప్పుడూ మెడ క్రింద ఉండకూడదు.

……….

277. పదే పదే నిప్పులో వేసిన తర్వాత బంగారం మండినట్లుగానే, పదే పదే విచక్షణతో కూడిన వివేచన ద్వారా సూక్ష్మమైన జ్ఞానం పొందాలి. మీరు మీలో ప్రపంచాన్ని చూడాలి. మన తెలివితేటలు మోక్షానికి ఒక సాధనం మాత్రమే. "ధారణ" అని పిలువబడేది విషయం యొక్క స్పష్టమైన అవగాహన తప్ప మరొకటి కాదు. ఈ స్పష్టమైన అవగాహన ద్వారా, మనం ఆత్మకు దగ్గరగా వస్తాము. పుస్తకాల నుండి మనకు అనుభవం లభించదు; మొదటి అనుభవం, మరియు ఆ అనుభవం నుండి, పుస్తకాలు వ్రాయబడతాయి. చెట్టు విత్తనంలో ఉంది; విత్తనం చెట్టులో లేదు. మనిషి ప్రపంచంలో లేడు; ప్రపంచం మనిషిలో ఉంది. ప్రపంచం మనిషికి లోబడి ఉంటుంది. మన మనస్సులో మనం ఏమనుకుంటున్నామో దానిని మనం మాటలలో వ్యక్తపరుస్తాము.

హృదయం కపటత్వం లేకుండా ఉండాలి, మనిషి హృదయం పూర్తిగా స్వచ్ఛంగా ఉండాలి. హృదయం ఏమనుకుంటుందో, నాలుక మాట్లాడాలి. ఒకరు ఏమనుకుంటున్నారో, ఒకరు మాట్లాడాలి. మీరు ఎవరినీ మోసం చేయకూడదు; ఎవరినీ మీరు ద్వేషించకూడదు. మీరు ఇతరులతో కలవకూడదు. మీ మనస్సు ఎల్లప్పుడూ ఏకాభిప్రాయంగా ఉండాలి. మీకు మోసపూరిత హృదయం ఉన్నప్పుడు, అది సూర్యుడిలా ఉంటుంది, వేసవి మధ్యలో, ఒక నక్షత్రం మేఘాల నుండి బయటకు వచ్చి తేజస్సుతో ప్రకాశిస్తుంది. కొన్ని సెకన్ల తర్వాత, అది మళ్ళీ మేఘాలచే దాచబడుతుంది.

అలాగే మనిషి మనసు కూడా. కొన్నిసార్లు, అది స్వచ్ఛంగా కనిపిస్తుంది కానీ మళ్ళీ ఐదు నిమిషాల్లో, అది కోరికలతో మబ్బుగా ఉంటుంది. అహంకారపూరిత మనస్సు ఆకాశం నుండి పడిపోయే నక్షత్రంలా ఆత్మలో కరిగిపోతుంది. "ఆకాశం" (అంతరిక్షం) భౌతిక కంటికి కనిపించదు. "ఆకాశం" అనేది దైవిక కంటికి కనిపించేది. వివక్షత ద్వారా, మనం వివక్షను అనుభవించవచ్చు. శబ్దం ధ్వని ద్వారా తెలుస్తుంది. మనస్సు మనసుకు మాత్రమే గ్రహించబడుతుంది.

....

278. ఆయన జీవాత్మ (ఆత్మ) లో ఉన్న పరమాత్మ (సర్వోన్నతుడు).

పరమాత్మ ఆత్మ యొక్క లక్షణాలకు సాక్షి. జీవుడు తాను పరమాత్మ నుండి భిన్నంగా లేడని గ్రహించినప్పుడు, అతన్ని నిత్యాత్మ (శాశ్వతమైన ఆత్మ) అని పిలుస్తారు. లేత మామిడి చెట్టుపై ఉన్నప్పుడు, అది చెట్టుతో ఐక్యమవుతుంది; జీవుడు మరియు పరమాత్మ కూడా ఐక్యమవుతారు. సత్ (అనుభవం), చిత్ (స్పృహ), మరియు ఆనంద (ఆనందం) ఐక్యంగా ఉన్నప్పుడు మరియు మూడు గుణాలు "సచ్చిదానంద"లో విలీనం అయినప్పుడు, దానిని యోగం (ఐక్యత) అని మాత్రమే అంటాము.

....

279. "కుండలిని" అనే శక్తిని ప్రాణాయామం ద్వారా ప్రేరేపించాలి. కుండలినిని ప్రేరేపించడం ద్వారా, మనిషి ముక్తిని పొందాలి. విశ్వాసం ఒక తాడు లాంటిది. వాయు (గాలి) తాడు. మీరు వాయు తాడును గట్టిగా పట్టుకోవాలి. విశ్వాసం ధారణ తాడుతో కట్టివేయబడాలి. విశ్వాసం అంటే ధారణ తప్ప మరొకటి కాదు. మన దృష్టి ఎల్లప్పుడూ ధారణపై కేంద్రీకృతమై ఉండాలి. ఆ ఏకాగ్రత ఎల్లప్పుడూ విశ్వాసంతో జతచేయబడాలి. విశ్వాసం శరీరంలోని ప్రతి నాడిలో నిండి ఉండాలి. అటువంటి వ్యక్తులకు, మాయ అనేది ఒక ప్రత్యేక విషయంగా ఉనికిలో లేదు. మనస్సు మాయ. (మానసిక) చిత్రాలను లేదా ఆలోచనలను సృష్టించేది మనస్సు. అన్ని రకాల సంబంధాలు, అన్ని సృష్టి, కారణం మరియు ప్రభావం, కాంతి మరియు విశ్వం, సార్వత్రిక కాంతి మరియు పరమ కాంతి - ఈ తేడాలన్నీ ఒకరి స్వంత అజ్ఞానం (మాయ) వల్ల కలుగుతాయి. ఇది గ్రహించబడినప్పుడు, మాయ పట్ల భయం ఉండదు. "ఈ రూపాలన్నీ నా స్వంత రూపాలు" కాబట్టి జ్ఞాని ధ్యానం చేయాలి. మనస్సు ధ్యానంలో దృఢంగా మారినప్పుడు, మరియు పరమ ఏకత్వం చైతన్య ఆకాశంలో సాక్షాత్కరించబడినప్పుడు, దానిని

"మోక్షం" అంటారు. "మోక్షం" మార్గం ఒకరి ఆత్మ నుండి దూరంగా లేదు. కంటికి మరియు చెవులకు మధ్య దూరం వలె, పాపానికి మరియు పుణ్యానికి మధ్య దూరం చాలా స్వల్పంగా ఉంటుంది. మోక్షం బుద్ధికి అతీతమైనది కాదు.

సుఖం, దుఃఖం అనేవి బుద్ధిలో విలీనం కావాల్సినవి. బుద్ధి సహాయంతో, ఒకరు "మోక్షం" పొందాలి. మనస్సు ఆత్మలో విలీనం అయినప్పుడు మరియు "ఏకత్వం" గ్రహించబడినప్పుడు ఒకరు "మోక్షం" పొందుతారు. జ్ఞానము అంతర్గతమైనది. ప్రారంభంలో, జ్ఞానాన్ని తెలుసుకోవచ్చు. ఒకరు ముందుకు సాగుతున్న కొద్దీ, ఈ జ్ఞానాన్ని కూడా మరచిపోతారు, అప్పుడు చెప్పడానికి లేదా వినడానికి ఏమీ ఉండదు. అంతా బ్రహ్మమే మరియు బ్రహ్మమే అంతా, ఈ స్థితిని "ఏమీలేని" స్థితి అని పిలుస్తారు. ప్రాణం ఒక తాడు లాంటిది. ఉచ్ఛ్వాసము మరియు పీల్చేటప్పుడు అది సామరస్యంగా కదులుతుంది. ప్రాణం అవిభాజ్యం, దానికి కాల భేదం ఉండదు. స్థూలంతో జతచేయబడినప్పుడు ప్రాణం ఈ వ్యత్యాసాన్ని అనుభవిస్తుంది. జీవుడు ప్రపంచంలోని వివిధ లక్షణాలలో మునిగి ఉన్నందున, తన నిజమైన ఆత్మను మరచిపోయి తక్కువ స్థాయిని ఆక్రమించాడు. బుద్ధి సహాయంతో అతను ఉన్నత (పైకి) దిశను ఎంచుకోవాలి. ప్రాణాన్ని విశ్వాసం అనే తాడుతో కట్టివేయాలి. ప్రాణం దాని పైకి దిశ ద్వారా "మోక్షం" పొందనివ్వండి. ఇంద్రియ బంధాల నుండి విముక్తి "మోక్షం". అప్పుడు శాంతి వస్తుంది. ఓ ప్రాణా! శాంతి నివాసంలోకి ప్రవేశించండి. ఈ లోకాన్ని మరియు పరలోకాన్ని అదుపులో ఉంచుకోండి! అటువంటి ఆత్మలు సత్-చిత్-ఆనందం (ఉనికి జ్ఞాన ఆనందం) పొందుతాయి. వారికి కర్మ ఫలితాల పట్ల అనుబంధం ఉండదు. వారు శాశ్వతంగా బంధం నుండి విముక్తి పొందుతారు. వారు శాశ్వతంగా ఏక మనస్సు గలవారు. వారు జీవుని లక్షణాలను జయించారు. "నేను శరీరం" అనే స్పృహ తుడిచిపెట్టబడనంత వరకు, ముక్తి చాలా దూరంలో ఉంది. "ద్వంద్వం" అనే ఆలోచన నాశనం కానంత వరకు, యోగం లేదు, ముక్తి లేదు. ఒక కోణంలో, ప్రతి ఒక్కరూ యోగే. కానీ అలాంటి యోగాలలో ప్రతి ఒక్కరి దృష్టిలో ఒక నిర్దిష్ట లక్ష్యం ఉంటుంది. ఒక పదార్థం అసలు పదార్థంతో ఏకమైనప్పుడు, జీవితాల ద్వంద్వత్వం తుడిచిపెట్టబడినప్పుడు, దానిని "యూనియన్" లేదా "ఏకత్వం" అంటారు. ఇది గ్రహించబడినప్పుడు, మనం అందరిలోనూ "ఏకత్వం" చూస్తాము. నిజమైన యోగం అంటే ప్రతిదాని నుండి వేరు చేయబడినది. మనిషి "కోరికల" నుండి విముక్తి పొందే యోగమే "మోక్షానికి" మార్గం. జీవుడు శివుడితో ఐక్యమై ఒకటి అయ్యే వరకు "సందేహం" తొలగిపోదు. ఒకరు మరొకరికి రుచించని పనిని చేసినప్పుడు, ఒకరు మరొకరిని పిచ్చివాడిగా భావిస్తారు. ఇద్దరూ ఒకే పని చేయడానికి ఆసక్తి చూపినప్పుడు, ఒకరు మరొకరిని పిచ్చివాడిగా భావించరు. ఇద్దరూ ఒకే పని చేయడానికి సమానంగా ఆసక్తి చూపినప్పుడు, ఆ పని చేయడంలో వింత ఏమీ లేదు.

మనస్సు గాలిలో వేసిన దూది లాంటిది; దేవుని పట్ల భక్తి దూదిపై పోసిన నీరు లాంటిది. మనస్సు నాశనం కూడా అంతే. దూది లాంటి మనస్సును జ్ఞాన జలంతో తడిపి, చిత్తాన్ని కోరికల నుండి విముక్తి చేయాలి. అదే

"మోక్షం". దూదిలాగా, మనిషి ముక్తిని పొందాలి. మనిషి వివిధ చర్యలలో నిమగ్నమై ఉన్నప్పటికీ ఆత్మను ధ్యానం చేయవచ్చు. ఇంద్రియాల యొక్క వివిధ వస్తువులు మన లోపల కాదు, మన వెలుపల ఉన్నాయి. మనం వివిధ చర్యలు చేస్తున్నప్పుడు కూడా, బుద్ధిని వాటి నుండి వేరుగా ఉంచడం సాధ్యం కాదు. కారు డ్రైవర్ కారును నడిపేటప్పుడు, తన చేతులను చక్రం నుండి తీసివేసి ఏ దిశలోనైనా పరిగెత్తితే మరియు ప్రమాదంలో ఉంటే. మనస్సు బుద్ధిలో ఉండాలి. మనం మనస్సును సంచరించడానికి అనుమతించాలి. మనస్సు అంతర్గత ధ్యానం (ఏకాగ్రత)పై స్థిరంగా ఉండాలి. ఆత్మపరిశీలన శక్తి ద్వారా మనస్సు అభివృద్ధి చెందాలి. ఓ మనసే! సూక్ష్మ బుద్ధిని అభివృద్ధి చేసుకుని, శరీరంలోని ప్రతి నాడిని ఈ బుద్ధితో నింపడం ద్వారా స్పృహ ఆకాశంలోకి ప్రవేశించండి!

ఓ మనసా! ఎల్లప్పుడూ తృప్తిగా ఉండు! 0 మనసా! నీడలా కనిపించే దృశ్యాలను చూసి మోసపోకు!

....

280. సమాధిలో మనస్సులు కలిసిపోయిన వారు బాహ్య గారడీలచే మోసపోరు. వారు చాలా నిర్భయులు. సిద్ధులు (దేవుడు గ్రహించిన ఆత్మలు) ప్రపంచానికి భయపడరు. పులి లేదా నాగుపాము, అలాంటి వ్యక్తిని చూసినప్పుడు, వారి క్రూరత్వాన్ని మరచిపోయి ప్రశాంతంగా ఉంటాయి. అదేవిధంగా, అన్ని జంతువులు వారిని చూడగానే ప్రశాంతంగా ఉంటాయి. శత్రువులు కూడా తమ శత్రుత్వాన్ని మరచిపోయి స్నేహంగా మారతారు. సాధువును చూసిన వెంటనే, వారు రాతిలాగా మారతారు. దీనికి కారణం ఏమిటి? ఇది వారి సందేహ స్వభావం వల్లనే. సాధువును చూసినప్పుడు, చీకటి ఉండదు. సత్వ గుణాన్ని గ్రహించి మనస్సు శుద్ధి అవుతుంది.

....

281. అందరూ ఒకే సమయంలో మరియు ఒకే స్థాయిలో ఆకలితో ఉండరు. అదేవిధంగా, అందరూ ఒకే సమయంలో ముక్తిని పొందలేరు. కాల వ్యత్యాసం మాత్రమే ఉంది. భాషా వ్యత్యాసం కారణంగా పురుషులు తమలో తాము విభేదిస్తారు. హిందూ-థానిలో, చక్కెరను "మిత్త" అని పిలుస్తారు. ఇతర భాషలలో దీనిని "సక్కరే" అని పిలుస్తారు, మొదలైనవి. చక్కెర వాడకం అందరికీ ఒకటే. చక్కెరను వేర్వేరు ఉపయోగాలకు ఉపయోగించినప్పటికీ, అది చేరే ప్రదేశాలు ఒకే (నోరు) మాత్రమే. వేల మంది దేవుళ్లను నమ్మే బదులు, ఒక మనిషి ఒకే దేవుడిని నమ్మితే, అతను ఆనందం ఏమిటో గ్రహించగలడు.

అప్పుడే మనిషి సంతృప్తి చెందుతాడు. వేల దేవుళ్లను నమ్మేవారు ఎప్పుడూ సంతృప్తి చెందరు. మీరు ఇద్దరి గురించి ఆలోచించినంత కాలం, ఆనందం ఉండదు. కాబట్టి ఒకరిలో మాత్రమే సంతోషంగా ఉండండి. దేవుడు ఒక్కడే, ఎప్పుడూ ఇద్దరు కాదు. అలాంటి విశ్వాసం ఉన్నవారు, దేవుడిని తమలో తాము చూస్తారు. వారు అందరినీ స్వయంగా చూస్తారు. ఇది "మోక్షానికి" మార్గం. అలాంటి వ్యక్తికి, శత్రువు లేడు. అందరూ అతని స్నేహితులే. ఒక వ్యక్తి ఇద్దరిని నమ్మడం ద్వారా తనను తాను చెడగొట్టుకోకూడదు. అతను ఒకరిని నమ్మడం ద్వారా సాధించాలి. ఒక వ్యక్తి తాను ఎక్కడి నుండి వచ్చాడో తిరిగి రావాలి. కారణం మరియు ప్రభావాన్ని

తెలుసుకోవడం, బాహ్య పదార్థంపై ఆడుకోవడం, మీరు ఎక్కడ నుండి ప్రారంభించారో అక్కడికి చేరుకోవాలి. ఇది "మోక్షం". "మోక్షం" మనల్ని వెతుక్కుంటూ రాదు. మనం "మోక్షం" కోసం వెతుక్కుని అందులోకి ప్రవేశించాలి. "మోక్షం" అంటే ఏమిటి? మోక్షం అంటే మనస్సు చర్యల నుండి విముక్తి పొందడం మరియు అంతర్గత స్థితి నుండి వేరుగా ఉండటం. "మోక్షం" అనేది వేరే బాహ్య మార్గం ద్వారా సాధించకూడదు. "మోక్షం" అంటే ఒకరి ఆత్మ నుండి భిన్నంగా లేదు. మనం "మోక్షం" కోసం ప్రయత్నించలేదు.

....

282. కాబట్టి, అది మనకు దూరంగా ఉందని మనం భావిస్తున్నాము. "మోక్షం" అనేది "ఇక్కడికి" వెళ్లి "అక్కడికి" వెళ్ళడం ద్వారా పొందగలిగేది కాదు. ఒకరు తనలో తాను శోధించుకోవాలి. మనస్సును బుధిలో విలీనం చేయాలి మరియు వివక్షత మార్గంలో, ఒకరు ముక్తిలోకి ప్రవేశించాలి. దేవుడు అవిభాజ్యుడు. మానవుడు తన సందేహాల కారణంగా, చిత్రాలను తయారు చేసి, వాటిని దేవుడు అని పిలిచాడు, అజ్ఞానం (మాయ) కారణంగా. ఈ సందేహాన్ని వివక్షత మార్గం ద్వారా తొలగించాలి. అలా చేయడం ద్వారా, అతను "జీవన-ముక్తి" (బంధనం నుండి విముక్తి) పొందాలి.

ఈ జీవితంలోనే).భక్తి (భక్తి) అంటే ఒక వ్యక్తి ఒక వస్తువు పట్ల వ్యక్తమయ్యే ప్రేమ తప్ప మరొకటి కాదు. మనిషి ఆ విషయాన్ని గొప్పగా నమ్మాలి, దాని ద్వారా, తన విశ్వాసం వల్ల, అతను చాలా ప్రయోజనం పొందాడు. ఈ నమ్మకాన్ని సడలించకూడదు. భక్తి లేకుండా ఏదీ లేదు. అన్ని జంతువులకు భక్తి ఉంటుంది. నీరు వేర్వేరు దిశల్లో ప్రవహించినట్లే, వివిధ రకాల భక్తి కూడా ఉంది. అన్ని జంతువులకు భక్తి హక్కు ఉంది. భక్తి అన్ని వస్తువులలో ఉంటుంది. భక్తి పూర్తిగా స్వచ్ఛంగా ఉండాలి. భక్తి చైతన్య ఆకాశంలో సాక్షాత్కరించబడాలి. భక్తి అంతర్గతంగా ఉండాలి మరియు అది సూక్ష్మాన్ని గ్రహించాలి. అప్పుడు, మనిషి "కోరిక లేనివాడు" మరియు "దుఃఖరహితుడు" అవుతాడు. ఈ స్థితి శాశ్వతమైన ముక్తి. సుషుమ్న మార్గం ద్వారా ముక్తిలోకి ప్రవేశించనివ్వండి.

కుండలిని యొక్క సూక్ష్మ శక్తిని బుధి మార్గం ద్వారా గ్రహించాలి. విచక్షణ మరియు శ్రద్ధ ద్వారా, ప్రాణాన్ని "సుషుమ్న"లో మరిగే పాలులా వేడి చేసి, తలలోని "సహస్రారం" వైపు నడిపించాలి. కుండలిని శరీరంలోని వివిధ "చక్రాలను" దాటినప్పుడు, మన శారీరక లక్షణాలు మారుతాయి. ఒక గుణం యొక్క మార్పు అంటే ఒక జన్మ యొక్క మార్పు. ప్రాణాన్ని "చక్రాల" ద్వారా పైకి నడిపించినప్పుడు, మనశ్శాంతి మరియు క్షమాపణ లభిస్తుంది. ఐదు "చక్రాలు" మరియు ఐదు గృహాలు (పంచ భూతాలు) దాటాలి మరియు ఆరవ "చక్రం" చేరుకోవాలి. ఆరు గుణాలను జయించిన తర్వాత, సత్-చిత్-ఆనందంలోకి ప్రవేశించాలి. ఆజ్ఞ చక్రాన్ని జ్ఞానోదయం చేసిన తర్వాత, ఆకాశ (అంతర్గత) మరియు అగ్ని మండల (అంతర్గత అగ్ని గోళాన్ని) పొందాలి. శక్తి మరియు శివుడు ఒకటిగా ఉండాలి, వర్తమానం, గతం మరియు భవిష్యత్తు - వీటి స్థానం బిందు. బిందులో జ్ఞాన

అగ్ని ఉంది. దీనిని ధ్యానం చేయాలి మరియు ప్రాణ-లింగంలోకి ప్రవేశించాలి. ప్రాణం శివుడితో ఏకం కావాలి. యంత్రం మరియు మంత్రం రెండింటినీ జయించాలి. ఆకాశం (అంతర్గత) ద్వారా వెళ్ళే బుధి చైతన్య ఆకాశం మధ్యలోకి వెళ్ళి ఆత్మ యొక్క ఉదయంతో ఒకటి కావాలి. కర్మ లక్షణాలను త్యాగం చేయాలి మరియు జీవుడు, స్వచ్ఛమైన ఆకాశం మార్గం ద్వారా, పరమాత్మతో ఏకం కావాలి. జీవుడు తన నిజమైన నివాసమైన సుషుమ్న శిఖరంపై నిలబడాలి. "నాది" మరియు "నీది" అనే భావన అదృశ్యం కావాలి. జీవుని యొక్క అన్ని లక్షణాలు ఏకం కావాలి, మరియు మనిషి సిద్ధుడు (సాక్షాత్కారం పొందినవాడు) అయి నిర్భయంగా ఉండాలి. ఆత్మ మార్గాన్ని తెలుసుకోవాలి, ఓ మనసా! ఇతరులకు ఆధ్యాత్మిక ఆహారాన్ని పంపిణీ చేయాలి! ఆత్మ మార్గాన్ని తెలుసుకోవాలి, ఓ మనసా! జననం మరియు మరణం రెండింటినీ జయించాలి! ఓ మనసా! జననం మరియు మరణం నుండి విముక్తి పొందాలి! ఓ మనసా!

శాశ్వత శాంతిని ఆస్వాదించండి! బుద్ధి జ్ఞానోదయం పొందినప్పుడు, ప్రతి మనిషి తన సొంత లోపాలు మరియు యోగ్యతలను తెలుసుకుంటాడు. అద్దంలో ఒకరి ప్రతిబింబం లాగా, మనస్సులోని వివిధ కోరికలు బుద్ధికి కనిపిస్తాయి.

స్థూల మరియు సూక్ష్మమైనవి స్పష్టమైన నీటిలో ఆకాశం ప్రతిబింబంలా వేరుగా కనిపిస్తాయి. ఆత్మను గ్రహించిన వారికి ఈ అనుభవాలు కలుగుతాయి. మనిషి యొక్క అంతర్గత స్థితి నీటిలో మునిగిపోయిన వస్తువులా ఉంటుంది. అన్ని రూపాల్లోనూ, ఒక్కడే కనిపిస్తాడు. కాబట్టి జ్ఞాన నీటిలో మునిగిపో. మనస్సు యొక్క కోరికలు ఆత్మ యొక్క గంగానదిలో కడుగుతారు. ఈ విధంగా ఆనందాన్ని గ్రహించండి. ముక్తిలోకి ప్రవేశించండి. ఓ మనస్సే! కూర్చున్నప్పుడు, పడుకున్నప్పుడు, నిద్రపోతున్నప్పుడు మరియు నడుస్తున్నప్పుడు, ముక్తి మార్గంలో ఉండి దానిలోకి ప్రవేశించండి. ముక్తిని పొందడానికి, నిర్దిష్ట సమయం నిర్దేశించబడలేదు. మీరు ఇతరులతో కలిసి నడుస్తున్నప్పుడు, మీ మనస్సు చైతన్య ఆకాశంలో ఉండనివ్వండి. శ్రద్ధతో ఉన్న మనస్సు ముక్తి యొక్క అమృతాన్ని త్రాగనివ్వండి.

భక్తి మరియు ముక్తి ఒకటి అని గ్రహించి, ఓంకారంతో ఒకటిగా అవ్వండి. రెక్కలు కోల్పోయిన పక్షిలాగా పది ఇంద్రియాలు బుద్ధికి బానిసలుగా మారాలి. పది దిశలలో కదులుతున్న ప్రాణాన్ని ఒకే దిశలో కదిలేలా చేయాలి. ఇది అంతర్గతంగా చేయాలి.

ప్రాణం "చిదాకాశం" (స్వచ్ఛమైన చైతన్య స్థలం)లోకి ప్రవేశించనివ్వండి. అంతర్గత శాంతిని పొందనివ్వండి. "ఒకే దృష్టి" (అందరిలో ఉన్నవాడిని చూడటం) లో ముక్తిని పొందనివ్వండి. ముక్తిని పొందిన తరువాత, మొత్తం విశ్వాన్ని బంధం నుండి విముక్తి పొందినట్లు చూడనివ్వండి. శరీరం ఇంజిన్; జ్ఞానం (జ్ఞానం) ఆవిరి; వివక్షత కదలిక; శ్రద్ధ అనేది రేఖ; ఇది తెలుసుకుంటే, రైలును నడపనివ్వండి; డ్రైవర్ తెలివి (బుద్ధి); జీర్ణవ్యవస్థ

బాయిలర్; నాడులు స్క్రూ; ఇది తెలుసుకుని, బుద్ధి యొక్క సూక్ష్మ ప్రమాణం ద్వారా ఆత్మలోకి ప్రవేశించండి. శాంతిని పొందండి. రైలు పట్టాలపై కదులుతున్నట్లే, వివక్ష కూడా సూక్ష్మ బుద్ధి మార్గంలో కదలాలి.

....

283. మనం పట్టాలు మరియు బండ్లను పరిశీలిస్తే, రెండూ దగ్గరి సంబంధం కలిగి ఉన్నట్లు కనిపిస్తాయి. కానీ వాస్తవానికి పట్టాలు మరియు చక్రాలు వేరు. పట్టాలు స్థూల మార్గం; రైలు కదలిక ఆవిరి శక్తి వల్ల కలుగుతుంది. శరీరం మరియు ఆత్మ మధ్య సంబంధం కూడా ఇదే. దానిని సూక్ష్మ తెలివితేటల ద్వారా కదిలించాలి మరియు శాశ్వత శాంతిని పొందాలి. రైలు బండ్లు గొలుసులతో అనుసంధానించబడినట్లే, జీవుడు మరియు పరమాత్మ కూడా ఐక్యమవ్వాలి. సమాన దృష్టి ద్వారా శారీరక లక్షణాలను విచ్ఛిన్నం చేయాలి. జీవుడు తన శాశ్వత నివాసమైన ముక్తిని పొందాలి.

....

284. ధ్యానం, మానసం మరియు విశ్వాసం ఒకదానిలో కలిసిపోతాయి; కనుబొమ్మల మధ్య సూక్ష్మ కాంతి బిందువు వెలిగిపోయి ఐక్యత ఏర్పడుతుంది. ఓంకారంలో, సూక్ష్మ బుద్ధి మార్గాన్ని అనుసరిస్తూ స్వచ్ఛమైన చిత్తం స్థిరంగా స్థిరపడాలి. ధారణ మరియు సమాధిలో దృఢంగా స్థిరపడటం ద్వారా మానాలు స్థిరంగా మారాలి. మనస్సు ఒకే కోణాన్ని కలిగి ఉండాలి. ఆకాశంలో చిత్తాన్ని స్థాపించడానికి, సమాధి తప్ప వేరే మార్గం లేదు. ఓ జీవా! ఆకాశంలోకి ప్రవేశించు! ఆకాశంలోకి ప్రవేశించిన జీవునికి, ఈ ప్రపంచానికి ప్రత్యేక ఉనికి లేదు. 0 మనస్సు! శరీర ఆలోచన నుండి పూర్తిగా విముక్తి పొందు!

సాధన లేకుండా చిత్తాన్ని దృఢంగా చేసుకోవడం చాలా కష్టం. సమాధిలో ఎప్పుడూ కలిసిపోయిన వారికి, శరీరం యొక్క ఉనికి చాలా పరాయిది. అలాంటి వారికి, స్థూల మరియు సూక్ష్మమైనవి మామిడి గింజ యొక్క కణం మరియు పెంకు లాగా వేరు చేయబడతాయి. ఎల్లప్పుడూ "నేను శరీరం కాదు" అని భావించే వారికి, ప్రత్యేక సమాధి ఉండదు. వారు శాశ్వత సమాధిని; సంపూర్ణ సమాధిని; శివనాథ సమాధిని; మనోలయ (మనస్సు వినాశనం) సమాధిని ఆస్వాదిస్తారు. ఎల్లప్పుడూ జ్ఞాన చక్కెరలో మునిగిపోయిన వారికి, చక్కెర ప్రత్యేక వస్తువుగా ఉండదు. అటువంటి పురుషులు బాహ్య చర్యలు మరియు బాహ్య ప్రపంచంతో సంబంధం లేకుండా ఉంటారు.

....

285. ఓంకార శక్తి నీటి గని లాంటిది. అది అన్ని దిశలలో కదులుతుంది. అది మన లోపల మరియు మన వెలుపల హేతువు రూపంలో వ్యాపిస్తుంది. ఇది కంపనం తక్కువగా మారుతుంది, అన్నింటినీ సృష్టిస్తుంది, నిర్వహిస్తుంది మరియు నాశనం చేస్తుంది. కంపనం లేనిది హేతువుతో ఒకటి అవుతుంది. హేతువు ఓంకారంలో విలీనం అవుతుంది. ఓంకారము హేతువుతో ఒకటి అవుతుంది. ఓంకారము ప్రపంచంతో ఒకటి అవుతుంది. ప్రపంచం ఓంకారముతో ఒకటి అవుతుంది. ఓంకారము ప్రపంచం ఆకాశంతో ఒకటి అవుతుంది. ఆకాశం

హేతువుతో ఒకటి అవుతుంది. హేతువు ఆకాశంతో ఒకటి అవుతుంది. హేతువు మరియు ఆకాశం ఓంకారముతో ఒకటి అవుతుంది. నాశనం కానిది హేతువుతో ఒకటి అవుతుంది. నాశనమైనది మరియు జ్ఞానము హేతువుతో ఒకటి అవుతుంది. హేతువు ఆత్మతో ఒకటి అవుతుంది. ఆత్మ హేతువుతో ఒకటి అవుతుంది.

బుద్ధి మార్గం ద్వారా రూప వివక్షత ఆత్మతో ఏకమవుతుంది. యోగం యొక్క కారణ-ప్రభావ రసం. యోగ రసం శరీరంలోని ప్రతి గుణాన్ని మార్చి, దానిని పైకి నడిపిస్తుంది. ఓ మనస్సే! పైకి వెళ్ళే మార్గం ద్వారా, శరీరంలోని ఆ గుణాలన్నింటినీ వ్యాపించు. శివుని గంగానదిలో స్నానం చేయడం ద్వారా శరీరంలోని అన్ని భాగాల నుండి అన్ని సందేహాలను తొలగించు. శివుడు మరియు శక్తి ఓంకారంతో ఒకటిగా ఉండనివ్వండి. మూడవ కన్నుతో, ప్రపంచంలోని రూపాలు మరియు లక్షణాలను చూడండి; మనస్సు యొక్క సందేహాలను బూడిదగా తగ్గించండి; శరీరం యొక్క ఆరు శత్రువులను బూడిదగా చేయండి; శరీరాన్ని ఈ బూడిదతో పూయండి; ఆ విధంగా నువ్వు ప్రవేశించు.

మూడవ కన్ను సహాయంతో శివుడు. నీవు శివుడిగా, శివుడిగా ఉండు. నీకు మరియు శివుడికి మధ్య ఉన్న తేడాను ఐదు ఇంద్రియాల యొక్క ఐదు అగ్నుల మధ్యలో త్యాగం చేయు. ఈ అగ్నిలో అన్ని సందేహాలను హృదయపూర్వకంగా త్యాగం చేయు, 0 జీవా! నీ సత్వ, రజస్ మరియు తమస్ లన్నింటినీ త్యాగం చేయడం ద్వారా తపస్సు చేయు. నిరాసక్త మార్గం ద్వారా, ప్రతి క్షణం అమృతాన్ని త్రాగు. సందేహాలు లేకుండా ఆ అమృతాన్ని త్రాగు. సత్యాన్ని గ్రహించిన తర్వాత, నీకు మరణ భయం ఉండదు. సత్యాన్ని గ్రహించిన తర్వాత, "నేను" మరియు "నాది" అవి చనిపోయినట్లుగా ఉంటాయి. మరణ భయం శాశ్వతంగా చనిపోతుంది. "నేను" మరియు "నాది" అనే భావన అని పిలువబడేది మరణ భయం తప్ప మరొకటి కాదు. ఇది దైవ సాక్షాత్కార మార్గానికి అడ్డంకి. సత్యాన్ని గ్రహించినప్పుడు, మరణం బాహ్య ప్రపంచాన్ని మరచిపోయి నిద్రపోతున్నట్లుగా బాహ్య స్థితిగా మారుతుంది. ఇది "అంతర్గత జీవితం" అని పిలువబడే దానికి భిన్నంగా లేదు. అప్పుడు ఇంద్రియాలు లోపలికి మారుతాయి మరియు అవి అంతర్గతంగా కదిలినప్పుడు, "నేను" మరియు "నాది" అణువణువుగా మారి అత్యున్నతంలో విలీనం అవుతాయి. జీవుడు అకస్మాత్తుగా నిద్ర నుండి మేల్కొని బాహ్య విషయాలను తెలుసుకున్నప్పుడు, అతను మాత్రమే నిద్ర యొక్క స్వభావాన్ని గ్రహిస్తాడు. ఇది జ్ఞాన స్థితి. పుట్టుక మరియు మరణానికి కారణం కోరిక; ఈ కోరిక ద్వారా, నీడ వాస్తవంగా కనిపిస్తుంది.

ఈ కోరిక మనిషి ఆధీనంలో ఉంటుంది. వివక్షత శక్తి ఉన్న వారికి జనన మరణ భయం ఉండదు. మనస్సు కోరికలచే నియంత్రించబడుతుంది కాబట్టి, మీరు ఆనందానికి మరియు కష్టాలకు అవకాశం ఇస్తారు. కోరిక మనిషి ఆధీనంలో ఉంటే, అతను ఇకపై సుఖ దుఃఖాల ఆధిపత్యంలో ఉండడు. మనస్సు కోరికలచే అణచివేయబడినందున, మనిషి తన కోరికలను తీర్చుకోవడానికి బాహ్య సహాయం అవసరం. మనిషి కొన్ని

అలవాట్లకు బానిస అయినప్పుడు, ఇది నీచమైన జన్మకు కారణం. అన్ని అలవాట్లు మనిషి ఆధీనంలో ఉండాలి. మనిషి అలవాట్ల పట్ల ఉదాసీనంగా ఉండాలి. దీని కోసం మీకు దృఢ సంకల్పం కావాలి. ఊహలపై ఆధారపడిన పని శాశ్వతం కాదు; వివక్షత శక్తి ద్వారా చేసే పని శరీరం ఉన్నంత వరకు ఉంటుంది. "సంకల్పం" ఎల్లప్పుడూ శాశ్వతం కాదు. "సంకల్పం" బుద్ధి కంటే చాలా తక్కువ. "సంకల్పం" చిటికెన వేలు లాంటిది. బుద్ధి మధ్య వేలు లాంటిది. వాసన అనేది ఒక నిర్దిష్ట విషయం పట్ల గొప్ప ప్రేమ. ఈ వాసన పుట్టుకకు కారణం. శరీరానికి సంబంధించిన వాసనలు అప్పుడప్పుడు వచ్చి పోతాయి. నీటిలో కనిపించి అదృశ్యమయ్యే బుడగలు లాంటివి. శరీరమే అంతా ప్రకృతి. వాసన అనే ప్రత్యేక విషయం పట్ల మనకున్న గొప్ప ప్రేమ కారణంగా, యోగ రసం మరొక జన్మ తీసుకోవాలి. యోగ రసం శరీరంలోని ప్రతి గుణాన్ని మార్చి, దానిని పైకి నడిపిస్తుంది. ఓ మనస్సే! పైకి వెళ్ళే మార్గం ద్వారా, శరీరంలోని ఆ లక్షణాలన్నింటినీ వ్యాపించు. శివుని గంగానదిలో స్నానం చేయడం ద్వారా శరీరంలోని అన్ని భాగాల నుండి అన్ని సందేహాలను తొలగించు. శివుడు మరియు శక్తి ఓంకారముతో ఒకటిగా ఉండనివ్వండి. మూడవ కన్నుతో, ప్రపంచంలోని రూపాలు మరియు లక్షణాలను చూడండి; మనస్సు యొక్క సందేహాలను బూడిదగా తగ్గించండి; శరీరం యొక్క ఆరు శత్రువులను బూడిదగా చేయండి; శరీరం ఈ బూడిదతో తడిసిపోనివ్వండి; అందువలన మూడవ కన్ను సహాయంతో నీవు శివునిలోకి ప్రవేశించు. నీవు శివుడిగా మరియు శివుడిగా ఉండు. నీకు మరియు శివునికి మధ్య ఉన్న తేడాను ఐదు ఇంద్రియాల ఐదు అగ్నుల మధ్యలో త్యాగం చేయనివ్వండి. ఈ అగ్నులలో అన్ని సందేహాలను హృదయపూర్వకంగా త్యాగం చేయనివ్వండి, 0 జీవా! సత్వ, రజస్ మరియు తమస్ అనే మీ అన్ని గుణాలను త్యాగం చేయడం ద్వారా తపస్సు చేయండి. నిరాసక్త మార్గం ద్వారా, ప్రతి క్షణం అమృతాన్ని త్రాగండి. సందేహాలు లేకుండా ఆ అమృతాన్ని త్రాగండి. నీవు సత్యాన్ని గ్రహించినప్పుడు, నీకు మరణ భయం ఉండదు. సత్యాన్ని గ్రహించిన తర్వాత, "నేను" మరియు "నాది" అనేవి చనిపోయినట్లుగా ఉంటాయి. మరణ భయం శాశ్వతంగా చనిపోయింది. "నేను" మరియు "నాది" అనే భావన మరణ భయం తప్ప మరొకటి కాదు. ఇది దైవసాక్షాత్కార మార్గానికి అడ్డంకి. సత్యాన్ని గ్రహించినప్పుడు, మీరు నిద్రపోతున్నట్లుగా మరణం బాహ్య స్థితిగా మారుతుంది, బాహ్య ప్రపంచాన్ని మరచిపోతుంది. ఇది "అంతర్గత జీవితం" అని పిలువబడే దానికి భిన్నంగా లేదు. అప్పుడు ఇంద్రియాలు లోపలికి మళ్ళించబడతాయి మరియు అవి అంతర్గతంగా కదిలినప్పుడు, "నేను" మరియు "నాది" అణువణువుగా మారి అత్యున్నతంలో విలీనం అవుతాయి. జీవుడు అకస్మాత్తుగా నిద్ర నుండి మేల్కొని బాహ్యం గురించి తెలుసుకున్నప్పుడు, అతను మాత్రమే నిద్ర యొక్క స్వభావాన్ని గ్రహిస్తాడు. ఇది జ్ఞాన స్థితి. జనన మరణాలకు కారణం కోరిక; ఈ కోరిక ద్వారా నీడ వాస్తవంగా కనిపిస్తుంది. ఈ కోరిక మనిషి నియంత్రణలో ఉంటుంది. వివక్షత శక్తి ఉన్నవారికి జనన మరణ భయం ఉండదు. మనస్సు కోరిక ద్వారా నియంత్రించబడుతుంది కాబట్టి, మీరు ఆనందానికి మరియు కష్టాలకు స్థలం ఇస్తారు. కోరిక మనిషిచే

అణచివేయబడితే, అతను ఇకపై ఆనందం మరియు బాధల ఆధిపత్యంలో ఉండడు. మనస్సు కోరిక ద్వారా అణచివేయబడినందున, మనిషి తన కోరికలను తీర్చుకోవడానికి బాహ్య సహాయం అవసరం. మనిషి కొన్ని అలవాట్లకు బానిసైనప్పుడు, ఇది తక్కువ జన్మకు కారణం. అన్ని అలవాట్లు మనిషి నియంత్రణలో ఉండాలి. మనిషి అలవాట్ల పట్ల ఉదాసీనంగా ఉండాలి. దీని కోసం మీకు దృఢ సంకల్పం కావాలి. ఊహపై ఆధారపడిన పని శాశ్వతం కాదు; వివక్షత శక్తి ద్వారా చేసే పని శరీరం ఉన్నంత వరకు ఉంటుంది. "సంకల్పం" ఎల్లప్పుడూ శాశ్వతం కాదు.

"సంకల్పం" అనేది బుద్ధి కంటే చాలా తక్కువ. "సంకల్పం" అనేది చిటికెన వేలు లాంటిది. బుద్ధి అనేది మధ్య వేలు లాంటిది. వాసన అంటే ఒక నిర్దిష్ట విషయం పట్ల ఉన్న గొప్ప ప్రేమ. ఈ వాసనే జన్మకు కారణం. శరీరానికి సంబంధించిన వాసనలు అప్పుడప్పుడు వచ్చి వెళ్తాయి. నీటిలో కనిపించి మాయమయ్యే బుడగలు లాగా. శరీరం అంతా ప్రకృతి లాంటిది. వాసన అనే ప్రత్యేక వస్తువు పట్ల మనకున్న గొప్ప ప్రేమ కారణంగా, మనం మరొక జన్మ తీసుకోవాలి. వాసనకు ఒక ప్రత్యేక రూపం ఉంది; ఆ రూపం అంతర్గతాన్ని ప్రతిబింబిస్తుంది. ఇది ఒక ప్రత్యేక కుటుంబంలోని శరీరం రూపంలో కనిపిస్తుంది. అలాంటి వాసన ఉన్న మనిషి, అతను ఏ పని చేసినా, అతని శరీరం మాత్రమే పనిచేస్తుంది; అతని వాసన వేరుగా ఉంటుంది మరియు అక్కడ వాసన ప్రకారం ఒక శరీరం సృష్టించబడుతుంది. శరీరం వాసనను సంతృప్తి పరచడం అసాధ్యం. అందువల్ల, శరీరం ఏదో ఒక వ్యాధితో బాధపడుతుంది మరియు బయటకు వెళ్ళే ప్రాణం, మరణం తర్వాత, ఒక నిర్దిష్ట శరీరాన్ని తీసుకుంటుంది. ఈ శరీరం పోయింది మరియు కొత్త శరీరం ఉత్పత్తి అవుతుంది. ఆ ప్రత్యేక వాసన నెరవేర్పు కోసం పుట్టుక. పుట్టుక వాసన మాదిరిగానే ఉంటుంది. ఉదాహరణకు, ఒకరు నడుస్తున్నప్పుడు, అతను రెండు పాదాలను ఒకేసారి భూమి నుండి ఎత్తగలరా? పాదాలను ప్రత్యామ్నాయంగా పైకి లేపడం, ఒకరు నడవాలి. పూర్వ జన్మ వాసన కూడా అంతే.

286. కోరిక లేని భక్తి ప్రాపంచిక ఆనందాన్ని అనుభవించడానికి కాదు. ఈ భక్తి ప్రకృతికి సంబంధించినది కాదు. ఈ భక్తి ఏ కష్టాలను వదిలించుకోవడానికి కాదు. ఈ భక్తికి మరియు కష్టానికి మధ్య ఎటువంటి సంబంధం లేదు. ఈ భక్తి మార్గం నుండి ఎవరూ వెనక్కి తగ్గకూడదు; అతను ఈ భక్తి మార్గంలో ముందుకు సాగాలి. (కోటలో) పెద్ద బల్లి కోట గోడను చాలా గట్టిగా కౌగిలించుకున్నట్లే, దానిని ఎప్పటికీ వదిలిపెట్టనట్లే, కోరిక లేని భక్తి కూడా దృఢమైన విశ్వాసంతో హృదయ కమలాన్ని గట్టిగా కౌగిలించుకోవాలి.

నైపుణ్యం (యుక్తి) ద్వారా భక్తి శక్తితో ఏకం కావాలి. అటువంటి భక్తి ద్వారా, హృదయం దాని అన్ని ఉపాధుల నుండి శుద్ధి కావాలి; అటువంటి భక్తి కోరికల నుండి పూర్తిగా విముక్తి పొందాలి; ఈ కోరికలు లేని స్థితి బలంగా మారాలి; ఇంద్రియాలు నిశ్శబ్దంగా మారాలి. (శాంతిని ఇచ్చేవాడు, అంటే, విశ్వ ప్రభువు ఓంకారుడు, అంటే,

అన్ని ఉనికి). ఆ శాంతి దాతలో అతని భక్తి స్థిరంగా ఉండాలి. ఇదే నిజమైన భక్తి. ఇదే శాశ్వత శాంతి. ఇదే స్వయం ప్రకాశం. దీనినే సత్ అంటారు.

ఈ భక్తి ఈ లోకానికి, పరలోకానికి అతీతమైనది. ఇది శాశ్వత ఆనందంతో నిండిన మనస్సు తప్ప మరొకటి కాదు. శాశ్వత ఆనందంతో నిండిన మనస్సు అన్ని విషయాలకు బీజం. శాశ్వత ఆనందంతో నిండిన మనస్సు అన్ని విషయాల సూక్ష్మ విత్తనం. దీనిని వివక్షతో అభివృద్ధి పరచాలి. శాశ్వత ఆనందంతో నిండిన మనస్సు గుణాలు లేనిది. అది వ్యాధి లేనిది; అది సార్వత్రిక కారణం; దానిని సృష్టికర్త అంటారు; అది అన్నింటికీ సాక్షి; అది ఈ ప్రపంచానికి మరియు పరలోకానికి ఒకే ఒక సత్. అది లోపల మరియు వెలుపల వ్యాపించి ఉన్న ఒకటి; అది ఉన్నత మరియు దిగువ జ్ఞానం, (జ్ఞాన మరియు విజ్ఞాన); అది ఒకే కారణం మరియు ప్రభావం; అది సార్వత్రిక సాక్షి; అది పాపరహిత ఆత్మ; అందరికీ సాక్షి, అది సార్వత్రిక గురువు; అది సార్వత్రిక కాంతి; అది సార్వత్రిక తండ్రి మరియు తల్లి; అది ఓంకారంలో బిందు; అది MA, A, E, OM గొప్ప; కదిలే మరియు కనిపించే; ఓం సారాంశం; అదే ఋషులు "సత్యం" అని ప్రకటించారు. ఓం, ఓం.